P.V. MARCHESSEAU
biologiste
&
M. COTTINO, D. N.

Angoisse - Anxiété - Asthénie et Dépression Nerveuse

Prévention et Guérison

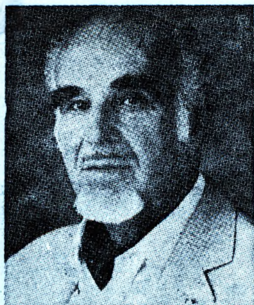
LIVRET N° 57



Edité par l'auteur et **vendu** au profit de la **F.I.N.**

COLLECTION : **Les petits Précis de l'Humanisme Biologique**

● Santé — Beauté — Vitalité — Longévité



Ouvrages

de perfectionnement humain

du biologiste **P.V. MARCHESSEAU**

— **50 ans d'expérience** —

● Pour recevoir la **liste complète** de tous les ouvrages de l'auteur, édités à ce jour, prière de demander à nos bureaux **(P.V. MARCHESSEAU, 26, rue d'Enghien, 75010 Paris)**, le « dépliant » mentionnant les titres et les conditions d'expédition.

— **Plus de 75 livrets** —

(Joindre enveloppe timbrée portant votre **adresse lisible.)**

N.B. — Pour tout achat global de **10** livrets, plus frais d'envoi (350 F + 50 F = **400 F**), nous joignons **deux** livrets supplémentaires gratuits à votre choix.

« **L'énervation** constante conduit à la **dépression** aussi sûrement qu'un robinet laissé ouvert vide rapidement la citerne la plus importante. »

P.M.

Angoisse - Anxiété - Asthénie et Dépression Nerveuse

le biologiste **P.V. MARCHESSEAU**

et **M. COTTINO,** D.N.

« Toute dépression nerveuse est le fait d'une **erreur vitale,** portant soit sur un état d'**énervation constante** (combiné à de l'insomnie), soit sur des **troubles digestifs** de longue durée, ou soit sur une série **d'efforts musculaires,** sans temps suffisant de récupération. »

P.M.

Edité par l'auteur et **vendu** au profit de la **F.I.N.**

« **La conception matérialiste de la nature ne signifie rien** » a écrit **Engels,** dans ses « Etudes Philosophiques ».
Il ajoute même, plus loin : « C'est une simple et grande **intelligence,** qui mène le tout. »

P.M.

INTRODUCTION

● **La dépression nerveuse est caractérisée par la diminution des forces physiques et morales.**

Sa guérison semble échapper au traitement de la médecine allopathique.

● Psychanalyses, thérapeutiques pharmaco-dynamiques et parfois même tentatives chirurgicales s'avèrent presque toujours inefficaces et souvent inopportunes.

● Les longs traitements barbituriques quotidiens, n'apportent qu'un soulagement provisoire et factice au prix d'un hébètement progressif du malade et d'une intoxication médicamenteuse.

● Ces échecs tiennent au fait que la médecine allopathique considère la dépression nerveuse comme une maladie purement psychique et la traite en conséquence. Par ailleurs, ses interventions thérapeutiques sont symptomatiques et hétérogènes. Elles ne s'adressent qu'aux effets et négligent la cause.

● Pour la médecine naturopathique la dépression nerveuse est une maladie essentiellement physiogène due à une viciation du terrain humoral provoquée soit par un déficit hormonal, soit par une intoxication humoro-cellulaire.

Pour elle, les manifestations psychiques résultent d'un déséquilibre physiologique.

Elle propose un traitement cohérent, issu d'une suite logique de moyens thérapeutiques non toxiques et d'une innocuité parfaite.

- Le traitement naturopathique comprend des méthodes de base à forme physiologique et des méthodes secondaires à forme psychologique qui visent à normaliser le terrain humoral.

La naturopathie met en œuvre des techniques qui ont pour but de redonner à l'organisme un haut niveau d'énergie vitale propice à l'auto-régulation physiologique et, par conséquence, psychologique.

Elle aborde la maladie sur un plan biologique et énergétique.

- La médecine naturopathique repose sur des postulats fondamentaux qui font son originalité, et conditionnent son efficience pour traiter la dépression nerveuse.



La dépression nerveuse (asthénie physique ou **physiasthénie,** et asthénie intellectuelle ou **psychasthénie)** est une chute importante du capital énergétique et vital. En un mot, la **« Force Vitale »** (de nature neuro-hormonale, dans l'organisme) voit ses sources se tarir ; et tout l'organisme, **comme une voiture dont les « accus » sont à plat, devient incapable de fonctionner.**

« Il est temps de réconcilier la **raison,** le **cœur** et l'**âme** au sein d'un corps vigoureux et docile. Confusions et contradictions, sur le plan mental (intellect ou raison) sont des facteurs de **psychasthénie.** La civilisation actuelle fabrique de **la dépression** à longueur d'année. »

P.M.

CHAPITRE I

DEFINITION

Le **Larousse médical** définit la dépression nerveuse comme un affaiblissement moral, intellectuel et physique plus ou moins marqué, qui se traduit par un ton émotionnel triste, des troubles anesthésiques pénibles, un sentiment de fatigue, de malaise, des hésitations allant jusqu'à la perte de la volonté.

Cette définition nous paraît incomplète car elle ne fait pas mention du principe de base qui conditionne le fléchissement du tonus neuro-psychique : **l'affaiblissement de la force vitale.**

La force vitale est le substratum sur lequel repose l'équilibre psycho-somatique du sujet. La dépression nerveuse et les « symptômes » qui l'accompagnent ne sont que les conséquences directes de cet affaiblissement. En d'autres termes, l'énergie immatérielle qui pénètre dans la matière brute, ou agencement moléculaire, et l'anime à son profit pour faire la matière organisée, est défaillante.

La force intelligente ou natura-médicatrix qui préside aux dif-

férents métabolismes connaît des difficultés à s'exprimer permettant ainsi à l'état dépressif de s'installer.

C'est ce que définit notre conception du **vitalisme.**

FORMES ET CARACTERES

La dépression nerveuse revêt plusieurs formes, elle peut être névrotique, réactionnelle ou bien encore existentielle.

● La dépression névrotique correspond à la décomposition d'une névrose ancienne plus ou moins bien supportée jusque-là. L'enquête clinique révèle presque toujours l'existence d'une ancienne névrose : anxiété, phobie, obsession, hypocondrie. Ces manifestations relativement bien supportées jusqu'alors vont, pour une raison quelconque, engendrer le déséquilibre.

La dépression nerveuse névrotique apparaît comme une période dans une longue évolution.

La dépression réactionnelle survient à la suite d'un événement ou d'une situation pénible chez le sujet qui jusqu'alors ne connaissait aucune anomalie mentale. Sans ce facteur extérieur la dépression nerveuse ne se saurait pas déclenchée. Elle est le résultat d'un choc psychique.

La dépression existentielle est particulière, sur le plan pathologique, voisine de la dépression réactionnelle, mais pourtant différente. Cette forme de dépression est très fréquente de nos jours. Le facteur déclenchant peut être d'origine psychologique et sociale. Le sujet est amené à la réflexion sur lui-même. Des sentiments d'incapacité et d'inutilité l'assaillent et finissent par accaparer son esprit (idées fixes). Le sujet qui a perdu ses illusions y succombe facilement.

Les neuro-arthritiques sont les victimes potentielles de la dépression existentielle.

La dépression nerveuse n'engendre parfois que des troubles symptomatiques relativement peu graves, mais elle peut également conduire au suicide. Elle revêt alors un caractère profond. A noter que dans la majorité des cas, elle relève d'un caractère intermédiaire.

Contrairement à ce que le sens commun croit, quelle que soit la forme que revêt la dépression nerveuse et la gravité des symptômes qui l'accompagnent, elle saurait nous faire oublier son origine endogène due à des perturbations biologiques engendrées par une viciation du terrain (carences hormonales, surcharges humorales).



« Comment peut-on appeler « civilisation », un monde fou qui organise son auto-destruction sur tous les plans (minéral, vital, mental et spirituel) au nom d'un **PROGRES MATERIEL, INSENSE,** qui parvient, même, à tuer en quelques-uns **le désir de vivre** (suicide) **et en tous l'espoir d'une vie meilleure. »**

P.M.

« Pour le Penseur, **l'angoisse** qu'il ressent, face à une civilisation stupide (excluant le « bonheur humain », conditionné par l'épanouissement de tous les individus ; et cela pour servir exclusivement un **essor économique** sans lendemain et polluant la planète), crée un état confus de renoncement à vivre et de carence en énergie vitale (biotons). »

P.M.

CHAPITRE II

LES SIGNES

● **Le sujet déprimé** est un être marqué par les paroxysmes que lui impose la maladie : tantôt excité, tantôt épuisé. Il est parfois surprenant dans ses idées et dans ses actions, stupéfiant son entourage. C'est un cyclothymique.

C'est toujours en période de grande fatigue physique et morale que le sujet vient vous consulter, replié sur lui-même une seule certitude l'accompagne : tout espoir de guérir lui paraît utopique.

Il a des troubles de mémoire, ses idées sont confuses et dort mal la nuit. Il manifeste des sentiments de tristesse, d'incapacité, d'infériorité et de pessimisme. Il se décourage pour un rien, fuit les responsabilités — même les plus minimes — qu'il ne se sent plus capable d'assumer. C'est la démission totale. Le sujet dépressif se dit incompris par les siens qui, selon ses dires tendent à le rejeter. C'est un être fragile dont la personnalité se désagrège lentement. Néanmoins, il demeure conscient de son état et redoute parfois la démence. Son état parfois « héréditaire » l'accable davantage.

Incontestablement, il semble « tourner au ralenti ». Sur le plan sexuel il connaît des difficultés et des paroxysmes : impuissance (ou frigidité) ou hystérie, notamment chez la femme.

Anxiété, angoisse, phobie... sont souvent les attributs de la dépression nerveuse avec la mélancolie. Le sujet se sent alors accablé sous l'effet d'une douleur morale qui l'éprouve profondément. Cette douleur est parfois si aiguë qu'il parvient à perdre progressivement ses appétits, ses instincts... il s'étiole. Il sombre dans le désespoir le plus profond et parfois, l'acte suicidaire semble être la seule issue. Sur le plan organique toutes ses fonctions sont ralenties, digestion et circulation sont perturbées.

● Les signes de la dépression nerveuse revêtent pour nous naturopathes, une valeur toute relative. Nous ne les considérons qu'à titre de renseignement, ils nous éclairent sur l'évolution de l'état morbide.

Les signes sont « le thermomètre » du naturopathe, ils n'ont pas de véritable identité.

LE MECANISME

● **La dépression nerveuse** s'installe lentement, de façon insidieuse. Les symptômes n'apparaissent que lorsque la maladie a déjà commencé son évolution.

Intermittente, elle resurgit alors qu'on la croyait définitivement guérie.

Les désordres corporels précèdent fréquemment les désordres mentaux.

Ils procèdent par paliers successifs, se manifestant dans les premiers temps par une fatigue physique anodine, une baisse d'attention, un sentiment de peur... qui, par la suite, vont prendre de l'ampleur. L'état dépressif s'installe progressivement.

Le processus évolutif est sensiblement le même pour chaque dépression.

La dépression nerveuse (neuro-hormonale) résulte d'une **dépense excessive d'énergie vitale, emmagasinée** dans la substance blanche sous-corticale et les plexus, ainsi que dans les glandes endocrines, et **d'une rupture avec les sources d'approvisionnement énergétiques** (extérieures à l'individu).

« Les Dieux ont mis la sueur avant la récompense » a écrit **Hésiode.** Ils ont mis l'élimination pour assurer la Santé. **Mais l'homme, avec sa malice satanique, veut tout sans effort.** Il obtient beaucoup, mais le prix qu'il faut payer est énorme : **maladie, laideur et folie. »**

P.M.

CHAPITRE III

ETIOLOGIE

● **La dépression nerveuse nous apparaît comme essentiellement physiologique.** Le signe psychique est le **témoin** d'un désordre organique dont on se gardera bien de méconnaître le sens.

Nos observations cliniques liées à norte expérience pratique tendent à nous prouver que l'insuffisance glandulaire est à l'origine de la majorité des dépressions nerveuses. Cette conception de la génèse de la dépression nerveuse n'est pas méconnue des médecins allopathes mais ils lui accordent peu d'importance. Ils considèrent cette maladie comme typiquement psychique.

D'autres causes sont également génératrices de la dépression nerveuse, nous ne saurions les négliger, néanmoins, elles nous paraissent **secondaires.**

Par ailleurs, il existe certains facteurs déclenchants majeurs.



● Le choc émotionnel est à la base du déséquilibre endocrinien, cause essentielle de la dépression nerveuse. Il crée un état d'hypofonctionnement thyroïdien. Le choc émotionnel résulte d'une violente perturbation psychique ou physique.

Le plus souvent de nature psychique, il est provoqué par des problèmes d'ordre affectif, familial ou professionnel. Moins fréquent, mais non moins réel, le choc physique peut également perturber les glandes endocrines. Certains sujets victimes d'accident de la route ou du travail ont, quelque temps après, sombré dans la dépression nerveuse.

Le choc émotionnel momentané peut parfois passer inaperçu et laisser croire à sa totale innocuité.

Nos observations nous permettent d'établir, que l'apparition des « symptômes », coïncide généralement à une période durant laquelle le sujet a eu à subir une agression extérieure de forte intensité.

● Les échanges chimiques continuels soumis à des lois endocellulaires, assurent et conditionnent nos fonctions vitales et donc conditionnent la vie cellulaire qui est fonction d'énergie. Cette dernière, surtout chimique dépend directement et impérativement de nos glandes endocrines qui, lorsque'lles sont perturbées provoquent invariablement des troubles de l'humeur.

La thyroïde est la glande de l'émotion par excellence (thyroïde signifie bouclier en grec) les influences néfastes du choc émotionnel engendrent une dépression vitale qui se traduit par de la peine, de la peur, le ralentissement de tous les métabolismes d'oxydations, de nutritions, du fonctionnement de tous les métabolismes organiques et minéraux, et par une faiblesse intellectuelle et émonctorielle.

L'inter-dépendance endocrinienne entraîne un déséquilibre des glandes surrénales. Ces dernières sont les glandes du tonus, de la force et de la combativité, leur dysfonction engendre des états de grande fatigue et de lassitude.

Les variations fonctionnelles de ces deux glandes endocrines expliquent les oscillations d'humeur et de caractère que l'on désigne sous le terme de cyclothymie.

Le dysfonctionnement de ces glandes dynamogènes conditionne la plupart des dépressions nerveuses. Leur importance dans les processus vitaux et énergétiques de l'organisme, suffit pour les qualifier d'essentielles dans la génèse de la dépression nerveuse.

● La viciation du terrain humoral, la présénilité et les accidents mentaux représentent les causes secondaires de la dépression nerveuse. Les carences musculaires et les stress sont des facteurs déclenchants.

La dépression nerveuse est l'aboutissement d'une existence ratée, avec les erreurs vitales habituelles, chez un sujet rétracté (neuro-arthritique) du type **respiratoire, cérébral** ou **nerveux.**

● **Nous naturopathes,** attribuons une importance considérable à la notion de terrain.

Le terrain est à la base de la santé et de la maladie. Pour de multiples raisons il peut être vicié et engendrer à la longue la dépression nerveuse. Dans ce cas bien précis, cette maladie apparaît comme une échéance. Les surcharges, les états d'intoxications et d'intoxinations, les différentes carences et l'acidité humorale, sont autant de facteurs favorisant la dépression nerveuse.



● **Les surcharges humorales résultent d'aliments anti-spécifiques et dénaturés, mal métabolisés par l'organisme.**

Les surcharges cristalloïdales proviennent des aliments azotés et des acides libres, plus ou moins bien neutralisés par des bases minérales organiques, engendrés au cours des dégradations ou des combustions (acides carbonique, lactique, citrique...).

Elles circulent de préférence dans le sang.

Les surcharges colloïdales résultent des dégradations des sucres de mauvaise qualité et des amidons auxquels viennent

s'ajouter les cellules mortes, les cadavres microbiens, etc.

Elles saturent principalement la lymphe.

Les premières, concernent les neuro-arthritiques et les secondes, les pléthoriques.

Les substances mixtes s'observent chez le sujet vieillissant.

Ces « métabolites » freinent les échanges cellulaires et ralentissent les fonctions organiques. Ils sont à l'origine des adhérences que l'on trouve à l'autopsie sur les circonvolutions cérébrales des malades mentaux, de l'hyperviscosité sanguine (hémogliase) qui ralentit considérablement la vascularisation intra-cranienne, facteur déterminant de nombreux troubles psychiques.



● **Les intoxications de nature exogène sont principalement dues :**

— aux alcaloïdes contenus dans le café, le thé, le cacao et le coca-cola,

— aux boissons alcoolisées (vin, bière...),

— aux additifs chimiques utilisés dans l'alimentation,

— aux substances médicamenteuses.

L'organisme n'étant pas prévu pour métaboliser ces substances anti-spécifiques doit alors créer des circuits para-métaboliques qui, à la longue, désorganisent le système nerveux.

● **Les intoxinations, causes endogènes sont le résultat d'indigestions quotidiennes perçues ou non.** Elles exigent des dépenses considérables d'hormones et d'influx nerveux. Elles résultent d'aliments inhibiteurs, surindigestes et à la suralimentation en général. Elles s'accompagnent d'une augmentation de la fermento-putréscence colique et même entérique après production décu-

plée de poisons qui, non détruits par le filtre hépatique, passent dans les humeurs.

L'état d'intoxication et d'intoxination altère lentement la cellule nerveuse.

● Les carences peuvent également affecter le terrain et le rendre propice à la morbidité.

Elles trouvent leur origine dans une nourriture pauvre en minéraux, vitamines, oligo-éléments et acides aminés, ainsi que dans l'encrassement humoro-cellulaire qui empêche leur assimilation.

Les carences entraînent de graves perturbations du psychisme.



● Le degré d'acidité des liquides humoraux est un facteur extrêmement important de l'activité cellulaire. Il doit être maintenu à l'intérieur de limites très strictes.

L'alimentation déséquilibrée, trop acide, conduit à la déminéralisation. Le terrain humoral acide est chélateur du calcium organique, il dévitalise le sujet.

● Le terrain vicié inhibe le système nerveux et épuise le potentiel hormonal.

● La pré-sénilité est la période comprise entre la cinquantième et la soixantième année. Chez la femme le début de la ménopause fournit un repère commode. C'est une période riche en complications psychiatriques. La phase dépressive dure assez longtemps, cinq ans et parfois même plus. Le suicide est à redouter. Cette période semble être intimement liée à un déséquilibre endocrinien.

● Les accidents mentaux peuvent provoquer des états profonds de dépression nerveuse. Ils peuvent être dûs à un traumatisme (blessures ou coups) à une déflagration ou encore à une simple commotion cérébrale, sans coup.

Ils ne relèvent pas de notre étude.

● Les stress et les carences musculaires nous apparaissent comme des facteurs déclenchants de l'état dépressif. Ils ne sont pas à proprement parler de véritables causes de la dépression nerveuse : ils ne font que révéler un état de santé défaillant.

● Le stress est une réponse spécifique de l'organisme à toute sollicitation qui lui est adressée. Il ne saurait être question de l'assimiler au choc émotionnel, car il n'est pas identique à une poussée émotionnelle.



Lorsque le sujet dispose d'un bon potentiel énergétique, ses possibilités d'adaptation lui permettent d'affronter le stress sans pour autant en être perturbé.

« Le muscle est le contre-poids du nerf » écrit **Ed. Desbonnet.**

● La sédentarité est un facteur de dégénérescence mentale qui affecte bon nombre d'individus. L'effort musculaire est une compensation à l'effort intellectuel.

Sa carence peut éventuellement contribuer à l'épuisement nerveux, base même de la dépression nerveuse. L'appareil musculaire équilibre le système nerveux.

● La différenciation étiologique de la dépression nerveuse est fondamentale pour l'orientation du traitement qu'elle détermine.

Pour sauver l'humanité de sa déchéance, il faut donner aux hommes une autre vie et un nouveau cœur. Alors, ils retrouveront leur âme et seront heureux.

« La **jeunesse** s'ennuie faute d'un grand idéal, et **l'homme adulte** ou **vieillissant** épuise son mental dans des contradictions analytiques. Voilà le climat moral de la dépression. »

P.M.

CHAPITRE IV

GENERALITES SUR LES SOINS

● L'observation clinique de l'hypofonctionnement thyroïdien et surrénalien prouve, de façon évidente, leur pathogénicité dans le fléchissement du tonus neuro-psychique.

L'étude anatomo-physiologique des glandes endocrines permet une approche concrète de notre conception sur la nature même de la dépression nerveuse.

● La thyroïde est une petite glande disposée de part et d'autre de la face antérieure de la trachée sous le cartilage thyroïde. Les deux lobes sont rattachés par un isthme. La cavité folliculaire contient de la substance colloïde renfermant les hormones thyroïdiennes.

La thyroxine caractérisée par son composant iodé et la thyrocalcitonine, sont les hormones sécrétées par la thyroïde.

● Les parathyroïdes, au nombre de quatre, sont réparties symétriquement sur la face postérieure de la thyroïde. Elles sécrètent deux hormones, la parathormone et la calcitonine.

● L'hypothyroïdie à un retentissement psychique considérable. Dans la majorité des cas, l'insuffisance thyroïdienne est synonyme de ralentissement. En effet, l'apathie, l'engourdissement intellectuel, malgré les possibilités de raisonnement conservées, et l'état dépressif, s'observent dans pratiquement tous les cas de myxoedème après un certain temps d'évolution.

D'autre part, l'hypercalcémie et l'hypocalcémie, états de déséquilibre entre la parathormone et la calcitonine, hormones antagonistes, s'accompagnent de troubles psychiques qui se traduisent par une atteinte de la conscience et des troubles du comportement (obnubilation, désorientation par rapport aux repères espace-temps). Elles engendrent également des états d'anxiété diffuse, de la tristesse, des sentiments d'insécurité, s'associant à des troubles viscéraux multiples, des altérations plus ou moins profondes de la conscience avec confusion mentale. Les fonctions intellectuelles sont réduites.

● Ces hormones exercent une influence néfaste sur le système nerveux par leurs effets sur le métabolisme calcique.

● Les glandes surrénales sont accolées à la partie supérieure de chacun des deux reins, dans la région lombaire. Elles comprennent deux organes hormonaux différents, tant par leur origine que par leur fonction.

● La médullo-surrénale sécrète l'adrénaline et la noradrénaline.

L'adrénaline est impliquée (avec la noradrénaline) dans l'adaptation à l'effort et au stress. Cette hormone intervient également dans l'état d'alerte psychique et même dans l'anxiété qui accompagne les agressions.

● Le cortex surrénalien élabore des hormones stéroïdiennes. Il en existe en fait trois catégories aux fonctions différentes. Ces hormones sont :
— les minéralo-corticoïdes,
— les androgènes,
— les gluco-corticoïdes.

● Le déficit chronique des gluco-corticoïdes entraîne une intense fatigue d'abord physique puis psychique avec apathie, aversion pour l'effort, perte totale d'esprit d'initiative, auxquelles s'associe en outre une impuissance sexuelle.

● Les hormones gluco-corticoïdes ont des effets certains sur le comportement psychique du sujet.

Cette étude anatomo-physiologique nécessite l'examen de la glande hypophyse, véritable centre de la régularisation hormonale.

● La glande pituitaire pèse environ 0,5 gramme. Elle repose dans la selle turcique du corps du sphènoïde. Elle se situe sous l'hypothalamus auquel elle est reliée mécaniquement par la tige hypophysaire. Elle est formée de la réunion de deux glandes distinctes par leur structure et leur origine embryonnaire :

— le lobe antérieur ou anté-hypophyse,
— le lobe postérieur ou post-hypophyse.

● C'est à partir de l'hypophyse que toutes les autres glandes endocrines sont stimulées. Entre autres hormones, le lobe antérieur sécrète des hormones glandotropes qui agissent sur les glandes qui lui sont soumises, parmi lesquelles la thyroïde avec la thyrotrope (TSH) et la cortico-surrénale avec la corticotrophine (ACTH).

● Le déficit global des sécrétions anté-hypophysaires est responsable d'une asthénie et d'une apathie intense, du fait de l'addition des insuffisances thyroïdiennes et cortico-surrénaliennes.

Tous ces divers états morbides résultant des déficiences endocriniennes composent le tableau clinique de la dépression nerveuse. Ils la conditionnent.

● Les glandes endocrines, interfèrent de façon directe sur le psychisme. Perturbé, ce dernier agit sur les centres sympathiques du diencéphale, il désynchronise les deux systèmes antagonistes que sont l'ortho-sympathique et le parasympathique qui régissent, contrôlent, et régulent les fonctions vitales de l'organisme. Le psychisme provoque alors un enchevêtrement de phénomènes psychosomatiques venant s'ajouter aux troubles psychiques existant déjà.

● A l'inverse, l'interrelation psycho-endocrinienne agit sur un bon nombre d'hormones par le relais hypophysaire et augmente le déficit glandulaire. Elle conforte le déséquilibre hormonal.

● Notre conception métaphysique de l'être humain, nous aide à échafauder une hypothèse de départ permettant de cerner les phénomènes énergétiques qui, en réalité, président aux déséquilibres physiologiques. **Les lois bio-énergétiques qui gouvernent la vie sont distinctes des lois physico-chimiques qui gouvernent la matière.**

Le corps physique ou corps dense tire lui-même son énergie de la source première : la force vitale, **énergie cosmique.**

Les glandes endocrines sont avec la substance blanche de l'encéphale, des plexus et des gaines à myéline, des **réserves internes de cette énergie et des organes de distribution de cette énergie.**

Toutes les réactions chimiques se produisent au niveau organique avec une économie normale d'énergie. Ces processus de transformation obéissent aux lois relatives aux énergies du corps. Si l'élaboration d'un programme bien défini se trouve perturbée une viciation métabolique affecte le psychisme.

Nous pouvons alors supposer, qu'un choc émotionnel est susceptible d'entraîner une perturbation énergétique privant ainsi les chakras, homologues des glandes endocrines, du fluide vital dont ils sont les récepteurs directs. Le déficit hormonal en est la conséquence.

Nous sommes donc en présence d'une maladie purement énergétique.

● D'autre part, cette perte fluidique nuit considérablement à l'économie énergétique globale de l'organisme. Elle entraîne une chute du potentiel vital et par là-même l'inhibition du système nerveux.

« Si le **travail** ne devient pas joyeux, il écrase l'homme. De son côté, le **devoir** ne devrait jamais être une contrainte, mais une joie. »

X...

« Je n'ai jamais rencontré d'individus heureux qui ne se consacrât point à une tâche ou **à une cause qui le sorte de lui-même.** »

Maslow

CHAPITRE V

LE TRAITEMENT DE LA DEPRESSION

● A la lumière de ces diverses considérations, le traitement de la dépression nerveuse nécessite une intervention qui se situe à un double niveau : au niveau biologique et au niveau énergétique.

● La médecine naturopathique applique à la dépression nerveuse un traitement cohérent, issu d'une suite logique de moyens thérapeutiques s'attaquant aux causes profondes, et n'accordant qu'une importance toute relative aux symptômes.

Elle utilise des agents thérapeutiques naturels : les procédés naturels de la naturopathie causale et les biothérapies. Elle aide les organes ou les fonctions déficientes à fournir naturellement les éléments dont l'organisme a besoin. Elle se garde de suppléer aux déficiences de l'organisme en lui fournissant artificiellement les éléments dont il a besoin.

● La dépression nerveuse relève d'un traitement de fond physiothérapique et d'un traitement psychothérapique.

Néanmoins, lorsqu'il s'agit de traiter une dépression nerveuse par insuffisance glandulaire consécutive à un choc émotionnel,

le traitement de fond ne suffit pas : il convient alors de rééquilibrer les glandes endocrines perturbées.

Par ailleurs, certaines dépressions profondes nécessitent un traitement symptomatique. La gravité de leur caractère justifie le mode d'intervention.

● Le traitement global, à savoir le traitement physiothérapique et psychothérapique, s'applique à toutes les dépressions nerveuses quelqu'en soit la cause.

● La conception de **Cuvier** selon laquelle le système nerveux est tout l'animal les autres systèmes ne sont là que pour le servir, souffre d'un manque d'eficacité dans son application pratique : elle n'a jamais permis de traiter de façon satisfaisante la dépression nerveuse. Elle nous paraît, dans ce domaine, aussi bien erronée que désuète.

● Le traitement physiothérapique est constitué de méthodes fondamentales qui ne varient pas dans leur application et procèdent toujours de la même manière en s'adressant à l'organisme. Drainer les humeurs viciées, assécher la source des surcharges organiques, provoquer des « psycho-chocs », sont les aspects du traitement physiologique auquel viennent s'ajouter des manœuvres tendant à augmenter le potentiel vital, réanimer le système nerveux et à normaliser la circulation sanguine. La phase de revitalisation, complète le traitement physiologique.

● Le drainage extériorise les substances cristalloïdales et colloïdales issues des différents métabolismes qui encrassent l'organisme et désorganisent le système nerveux.

● Les surcharges qui siègent dans le cerveau sont dérivées par les bains de pieds chauds, sinapisés, et par « les bains de siège froids qui régularisent la circulation sanguine du petit bassin et, par dérivation, créent un afflux de sang en cette zone, décongestionnant ainsi le cerveau. » (Louis Khune).

Préparé à partir d'essence de térébenthine et injecté dans le flanc, ou la région antéro-extérieure de la cuisse, l'abcès de fixation (chaud ou froid) extériorise de façon radicale les substances nocives qui empoisonnent et détériorent le cerveau.

● Le drainage général des « métabolites » s'opère differemment en faisant appel au jeu des grands émonctoires c'est-à-dire des **poumons**, de la **peau**, des **intestins** et des **reins**. Il s'effectue par :

● L'activation de la fonction pulmonaire, pour extérioriser les substances colloïdales.

Les moyens sont l'usage des tisanes expectorantes, des exercices de ventilation pulmonaire, à vide et sous pression sanguine par activation des grands réservoirs sanguins que sont les cuisses.

● L'activation de la fonction cutanée, pour extérioriser les substances cristalloïdales ou colloïdales selon la glande sollicitée.

● L'exercice musculaire amène la sudation des glandes sébacées, sudoripares et de la couche basale. Son action polyvalente extériorise les substances cristalloïdales et colloïdales. Les tisanes sudorifiques extériorisent les substances cristalloïdales.

● L'activation de la fonction intestinale (hépatique et biliaire) pour extérioriser les substances colloïdales.

Les moyens sont l'usage des lavements, douches rectales et plantes laxatives.

● L'activation de la diurèse, pour extérioriser les substances cristalloïdales.

Les moyens sont l'usage des tisanes diurétiques, des cures d'eau distillée.

L'ouverture des quatre grands émonctoires est systématique. Les huiles essentielles ont une action remarquable sur le terrain humoral encrassé, elles ramènent à la normale les oxydations organiques, transforment les déchets en substances non toxiques, diluent les solutions visqueuses des humeurs, disloquent les congrégations dures, activent tous les émonctoires, et améliorent le milieu intestinal en l'aseptisant.

La faiblesse du potentiel énergétique du sujet, combinée à l'ancienneté des surcharges, obligent à un drainage général progressif. La gemmothérapie offre l'avantage d'un drainage très doux qui n'éprouve pas le sujet. Nous prescrivions : pour les poumons viburnum lantana, corulus avellana ; pour la peau cedrus libani, ulmus campestris ; pour le foie et les intestins juniperus communis, quercu pedonculata (bourgeons) ; pour les reins fagus silvatic sequoia gigantea. En première décimale.

● L'assèchement de la source des surcharges est la phase la plus importante du traitement physiologique. Elle abolit les causes de la viciation humorale, engendrées par les métabolites,

les états d'intoxications et d'intoxinations. L'assèchement se réalise en fonction des normes biologiques et individuelles du malade. Néanmoins, la cure sera toujours de très courte durée pour ne pas affaiblir davantage la force vitale. Nous prescrivons : **cure humide** dépourvue d'aliments d'origine azotée pour le sujet à tendance « cristalloïdale » ; cure sèche dépourvue d'amidon et de sucre industriel pour le sujet à tendance « colloïdale » ; cure alternée pour le sujet « mixte ».

Les procédés restrictifs sont : le jeûne dans ses formes variées (complet, hydrique, sec, rythmé et de courte durée), les monodiètes, et les régimes restrictifs. L'hypotoxicité alimentaire est indispensable. Le sujet doit substituer à son alimentation habituelle, une alimentation spécifique composée à 80 % de végétaux de culture biologique et 20 % de sous-produits animaux (œufs, fromage blanc, coquillages...). Tout aliment acide est à proscrire. La phase d'assèchement de la source des surcharges rééquilibre le métabolisme.

● Le « psycho-choc » est une action physiologique obtenue par les émétiques et les vomitifs. C'est à proprement parler, une thérapie visant à ramener l'équilibre au travers de la crise. Cette méthode est fondée sur la constatation que certaines dépressions nerveuses peuvent être améliorées à la suite de chocs convulsifs, mais son mécanisme demeure encore obscur. Dans la majorité des cas une seule intervention suffit parfois à amener la guérison.

La tisane d'ipéca (famille des rubiacées) est un excellent vomitif. Il existe cependant des contre-indications formelles : faiblesse cardiaque, hernie, grossesse.

Les effets du « psycho-choc » sont parfois pénibles pour le patient, d'autant plus que le jeûne est conseillé avant et pendant la cure. Néanmoins, cette thérapie s'avère d'une efficacité efficiente.

Il convient d'ajouter au traitement physiologique de terrain, des thérapies d'appoint, déterminantes dans le processus de la guérison de la dépression nerveuse.

Elles consistent :

— à augmenter le potentiel énergétique faible,

— stimuler le système nerveux inhibé,

— favoriser la circulation sanguine.

« Quand les rivières ou les canaux sont à **sec,** il n'y a plus un seul moulin en marche pour faire de la farine. »

P.M.

● La dépression nerveuse étant un affaiblissement du tonus neuro-psychique consécutif à une défaillance du potentiel énergétique, il convient d'augmenter la vitalité du sujet par le magnétisme. L'action fluidique regonfle l'aura, réservoir énergétique dans lequel se condensent les énergies biotoniques de nature cosmique.

Cette augmentation du potentiel énergétique par « transfusion vitale » permet à la force intelligente ou natura-médicatrix de concourir à l'auto-guérison. Par ailleurs, la revitalisation électronique est également un facteur de recharge. Les bains de siège froids répétitifs sont assurément très efficaces, ils comblent les carences en charges négatives en restituant aux tissus organiques les électrons négatifs périphériques que les atomes des cellules tendent à perdre sous le bombardement incessant d'électrons lourds auxquels le sujet est soumis quotidiennement.

● Viciation humorale, indigestions répétées et insuffisances glandulaires sont des agents inhibiteurs du système nerveux, responsables de la désynchronisation du système neuro-végétatif.

Dès lors que le sujet dispose à nouveau d'un potentiel énergétique suffisant, il convient de réanimer le système nerveux afin de régulariser le système neuro-végétatif.

Les touches endo-nasales sypatico-thérapiques ébranlent par voie réflexe le bulbe rachidien, centre de liaison avec le système sympathique et provoquent des décharges d'influx nerveux rétablissant la circulation de l'énergie nerveuse, débloquent les différents plexus et rééquilibrent le système neuro-végétatif.

L'effet stimulant de l'huile essentielle de marjolaine, déposée sur l'olive émouchée du stylet, complète efficacement la thérapie.

Néanmoins, il existe des contre-indications :

— les états épileptiques,
— les glaucomes avancés,
— les polyposes nasales,
— les troubles cardio-vasculaires (infarctus, angor).

Les états de grossesse et les périodes menstruelles sont des contre-indications temporelles.

Les résultats obtenus par la sympathico-thérapie sont parfois spectaculaires et très encourageants pour le sujet, lequel traverse des phases psychologiques éprouvantes.

« L'œuvre de la guérison ne peut avoir que ce double but : ou bien rendre à la circulation du sang son mouvement normal et régulier, ou bien dégager le sang de tous les mauvais éléments qui l'altèrent et le corrompent. »

Sébastien Kneipp.

● Le terrain cérébral dans son équilibre est le résultat d'une irrigation sanguine correcte. Le système circulatoire est probablement le système le plus important pour les organismes supérieurs. Il est responsable du transport des substances dans l'organisme (gaz respiratoires, substances nutritives, hormones...) et assure le maintien des cellules dans un état physico-chimique à peu près constant. Notre intervention consiste à rétablir ou à normaliser la vascularisation en général et, plus particulièrement la vascularisation intra-cranienne. Les moyens sont :

— les plantes et huiles essentielles stimulantes de la circulation (tisanes de pervenche, de vigne rouge, d'arnica, et par voie transcutanée onctions et massages de cannelle, d'ail, de thym, et de noix de muscade),
— la gymnastique anti-gravitionnelle,
— les bains complets tièdes à 35 %,
— les déblocages des vertèbres cervicales par manipulations.

● Les carences issues des surcharges primitives et celles dues à la cure de désintoxication sont comblées par des apports substantiels de nutriments naturels riches en minéraux, vitamines, oligo-éléments (pollen, huile de germe de blé, comprimés d'algues marines, poudre d'os...).

« Le Seigneur distribue les cartes. A toi de savoir jouer » disait **Einsenhower.**

Nous ajoutons : « A toi de savoir jouer au jeu de la Vie **mais sans tricher ».** Tout est là.

P.M.

CHAPITRE VI

LES APPORTS SPECIFIQUES POUR AIDER AU TRAITEMENT

Le traitement physiologique de base ci-dessus décrit ne saurait se suffire à lui-même pour traiter la dépression nerveuse par insuffisance glandulaire. Cette dernière nécessite une thérapie spécifique visant à normaliser les distributions hormonales du sujet. Les moyens thérapeutiques utilisés sont :

— les procédés naturels,

— les associations biothérapiques.

1. Les procédés naturels

Ils sont issus des techniques classiques de la naturopathie fonctionnelle.

● La sympathico-thérapie.

Les stimulations locales des plexus réalisées à partir des plages endo-nasales génèrent un influx que les voies neuro-végétatives acheminent à l'hypophyse. Cette dernière secrète une série d'hormones qui vont stimuler la thyroïde et les surrénales en état d'hypofonctionnement. On opère ainsi une thérapie locale avec action thérapeutique à distance.

- **La balnéothérapie.**

Les affusions supérieures d'eau froide réalisent une véritable thérapie de choc. Elles provoquent un effet réactionnel excitateur des glandes endocrines et plus particulièrement des surrénales.

- **La podoréflexothérapie.**

Ce procédé de stimulation glandulaire oblige la thyroïde ou les surrénales à produire naturellement leurs propres hormones en exerçant des séries de pressions sur les voûtes plantaires.

A mesure que chaque glande améliore sa fonction, par contrecoup, elle influence favorablement les autres glandes endocrines et tend à la régularisation générale.

- **La magnétothérapie.**

Le fluide vital ou animal est un agent de tout premier ordre pour réharmoniser les glandes endocrines. Son action bienfaisante agit directement sur les chakras, centres récepteurs biotoniques homologues immatériels des glandes endocrines.

- **La fangothérapie.**

Le cataplasme d'argile est un remède polyvalent de la glande thyroïde qu'il régularise en la stimulant ou en l'apaisant selon le cas.

- **L'oxygénothérapie et l'ozonothérapie.**

Employées en bains ou en injections hypodermiques, l'oxygène et son concentré l'ozone, régularisent le système endocrinien.

- **La phytothérapie.**

Certaines plantes stimulent la fonction thyroïdienne et surrénalienne notamment :

pour la thyroïde :

— Aguipaume cardiaque (leonurus cardias),
— Varech vésiculeux (fucus),
— Avoine (avena).

pour les surrénales :

— Noyer (juglaris regia),
— Prêle (equisetum arvense),
— Cassis (ribes nigrum),
— Sarriette (satureia montana).

● **L'aromathérapie.**

Les huiles essentielles sont de véritables « stimulines » végétales pour le système endocrinien. L'essence de térébenthine est le meilleur stimulant de l'hypophyse qui suffit souvent à relancer la thyroïde et les surrénales. (En additif pour les bains, ou par voie transcutanée.)

Par voie buccale l'essence de basilic stimule les surrénales tandis que l'essence d'ail stimule la thyroïde.

● **La métallothérapie de Lakhowsky.**

Le champ magnétique produit par les circuits métalliques ouverts de Lakhowsky semble engendrer une ionisation de l'atmosphère environnante, favorable à la réharmonisation glandulaire.

L'action du collier spiralé, bi-métallique (or-argent avec prédominance d'or) s'avère efficace pour exciter sainement la glande thyroïde.

La ceinture à motifs métalliques spiralés, utilisée de manière continue, réactive les glandes surrénales.

2. Les « biothérapies »

● Les associations biothérapiques sont prescrites lorsque les fonctions physiologiques des glandes endocrines particulièrement faibles, ne réagissent plus aux procédés naturels ci-dessus énumérés. Elles offrent le gros avantage d'être atoxiques. Ce sont de précieux agents complémentaires.

● **L'organothérapie** diluée et dynamisée agit de manière élective sur les glandes endocrines pour en redresser le fonctionnement par administration d'extraits glandulaires homologues. Elle

ne se substitue pas à l'organe mais agit directement sur la glande en la stimulant.

Nous prescrivons : thyroïdinum, parathyroïdinum, surrénine et éventuellement hypophysine et hypophysine lobe antérieur en basse dilution pour exciter, puis en moyenne dilution pour régulariser la fonction physiologique.

Le dysfonctionnement endocrinien exige parfois d'associer les oligo-éléments aux substances organothérapiques.

Nous prescrivons :

— L'iode et le cuivre, qui régularisent l'hyper et l'hypothyroïdie.
— L'or, pour les surrénales, dont la polyvalence biologique convient à tous les tempéraments.
— Le sélénium pour son affinité spéciale avec les surrénales.

Traitement physiologique de base et associations biothérapiques combinés, jugulent une grande majorité de dépressions nerveuses.

Néanmoins, les dépressions nerveuses par pré-sénilité relèvent également d'un traitement spécifique.

Elles relèvent d'un traitement spécifique à base de **gemmothérapie**, thérapie cellulaire végétale, pour ses effets régénérateurs des cellules et d'un traitement organothérapique pour son principe d'identité organique, selon lequel, l'organe malade est électivement sensible à son homologue sain.

Nous prescrivons à titre d'exemple :

— en gemmothérapie première décimale :
  * Sequoia gigantica
  * Ficus carica
  * Betula pubescens bourgeons
  * Ribes nigrum.

— en organothérapie en basse dilution (4 ou 5 ch) :
  * Cerebrinum
  * Axe cortico-hypothalamique
  * Bulbinum
  * Moelle cervicale
  * Thyroïdinum
  * Surrenine
  * Ovarinum.

● La gravité de certaines manifestations psychiques nécessite parfois une intervention purement symptomatique, complémentaire au traitement global. « Quoique superficielle elle n'est pas à négliger ; elle rend l'espoir au malade, augmente sa confiance, renforce sa volonté de guérir et de vivre. » **(R.P.J. Jurion.)**

● Pour essayer de remédier aux **idées suicidaires** nous recourons aux substances homéopathiques et à l'oligo-thérapie.

Nous prescrivons à titre d'exemple :

● **En homéopathie** selon le principe du « similimum » en dose de 9 ch :

— Nux vomica,
— Aurum metallicum,
— Sepia,
— Pulsatilla,
— Naja,
— Tuya,
— Hepar sulfur,
— Gelsinium,
— Natrum sulfuricum.

● **En oligothérapie :**

— Cuivre-or-argent est un complexe particulièrement indiqué dans les troubles neuro-endocriniens avec tendance suicidaire.
— Or, éloigne les idées de suicide et redonne espoir.
— Magnésium, est un anti-stress qui renforce l'action de l'oligo-élément or.
— Soufre, désensibilise au physique comme au moral.

● Pour l'**insomnie** nous employons en tout premier lieu des procédés naturels tels que : douches rectales, bains de pieds chauds et tisanes d'aspérule (asperula), d'aubépine (cratoegus oxycantha), de mélilot (melilotus), de valériane (centranthus ruber) et de marjolaine (majorana). Cependant, il est parfois nécessaire de recourir à des remèdes homéopathiques sédatifs du système nerveux. Citons pour exemple : coffea, cocculus, passiflora...

● L'usage fréquent des médicaments chimiothérapiques crée chez le sujet un état de toxico-dépendance, auquel il convient de remédier en réduisant très progressivement la posologie.

Cette transition se réalise avec une extrême prudence afin d'éviter tout risque d'accident par décompensation médicamenteuse.

Le traitement physiologique se veut d'une innocuité totale ; il n'en conserve pas moins son caractère efficient.

● **Le traitement psychothérapique de la dépression nerveuse est secondaire au traitement physio-thérapique.** Les méthodes psychothérapiques pures ne peuvent agir pleinement que sur un fond physiologique. Toute intervention thérapeutique ne reposant pas sur une base physiologique est une utopie. « Le bon sang fait le bon sens. » **(P.V. Marchesseau.)**

● La psychothérapie permet de réaliser la rupture cortex-diencéphale. Elle nous permet également d'agir directement sur la pensée du sujet. Les moyens sont :
— la relaxation nerveuse,
— la psychanalyse,
— la suggestion,
— l'hypnotisme.

● La relaxation volontaire demeure la meilleure méthode pour provoquer la rupture cortex-diencéphale.

Le sujet est soumis à un gaspillage énergétique continu causé par l'idée fixe qui occupe son esprit, c'est l'état de surexcitation corticale. Le cortex gaspille l'influx nerveux, dérègle le diencéphale, le bulbe et le cervelet. L'autonomie du cerveau organique est compromise, son potentiel énergétique considérablement réduit car mobilisé en grande partie par le cortex. La relaxation permet d'obtenir des pauses prophylactiques de repos nombreuses, réductrices des déperditions énergétiques.

L'insomnie accompagne souvent l'état dépressif. Le sujet ne peut s'endormir ou est réveillé par des préoccupations dont il ne peut se détacher, en premier lieu : celle de ne pas s'endormir. Au lieu de se laisser aller au sommeil, le patient reste dans un état de tension anxieuse, empêchant le détachement indispensable de l'endormissement.

La relaxation est à cet égard particulièrement précieuse, elle permet au sujet de se détacher de ses préoccupations par la concentration somatisante.

L'état de déconnection cortex-diencéphale est une phase de pré-sommeil réalisant un endormissement facile et physiologique. Elle contribue activement à recharger l'organisme en énergie prânique.

Les diverses méthodes utilisées sont :

— la méthode de Jacobson,
— la méthode de Kretschner,
— le training-autogène de Schultz,
— le training-compensé d'Aiginger.

La phase de rupture cortex-diencéphale s'applique pendant la désintoxication organique.

● La psychanalyse est un processus d'investigation du fonctionnement psychique permettant de modifier le désordre mental. Elle comporte deux phases :

— La phase de « déconditionnement », durant laquelle le sujet lui-même découvre progressivement ses propres résistances, ses pulsions refoulées, etc. c'est la révélation en pleine conscience.

— La phase de « reconditionnement », qui consiste à renforcer le mental en idées antagonistes à l'idée malsaine originelle, cause des désordres. Compte tenu des origines essentiellement physiologique de la dépression nerveuse, la psychanalyse demeure une thérapie que l'on utilise peu fréquemment.

● La suggestion permet d'utiliser le mental du sujet à des fins somatiques ou psychiques, en introduisant dans le courant de sa pensée une idée persuasive. Sur le plan somatique, le contrôle du pouvoir moteur ou idée-force, élaboré par le sujet lui-même, nous permet de normaliser les fonctions des organes « cibles ».

Sur le plan psychique, la suggestion aide à « effacer » les manifestations qui, généralement accompagnent l'état dépressif telles que peur, angoisse, anxiété, phobie, mélancolie...

● L'hypnotisme permet de suggérer des idées antagonistes saines ou bienfaisantes, pour lesquelles le sujet se montre réfractaire à la simple suggestion. L'hypnose convient parfaitement au sujet suicidaire car elle le plonge dans un état de passivité.

Par ailleurs, l'état hypnoïde nous permet d'agir directement sur un point précis du corps. Ce contrôle dirigé nous aide pour calmer l'irritation cellulaire du plexus solaire, véritable cerveau abdominal qui semble jouer un rôle parfois déterminant dans le processus de guérison de la dépression nerveuse. Le cerveau influence continuellement le plexus solaire ; la réciproque est également vraie ; le plexus solaire adresse toujours ses impressions au cerveau. L'association morbide du cerveau et du plexus solaire est fréquemment exprimée par le malade lui-même.

Chez lui, le sujet doit occuper ses journées avec des moyens de distractions, à base de **travail ouvrier.**

Ces moyens libèrent le diencéphale de l'influence néfaste du cortex : ils définissent ce que l'on nomme la **thérapeutique occupationnelle.**

● La culture physique est un moyen de distraction légèrement euphorisant, qui réalise également la rupture diencéphale-cortex. Elle est un facteur important de recharge nerveuse.

Les contractions musculaires se font lentement, le muscle faisant alors office de « dynamo ».

Par ailleurs, elles réalisent un massage veineux qui améliore la circulation sanguine générale. La gymnastique endocrinienne sollicite la thyroïde (hochements de la tête) et les capsules surrénales (respirations diaphragmatiques).

● Les bains d'air pur, de lumière et de soleil pris lors des séjours en montagne et en forêt, sont propices à la recharge du réservoir « aurique ». Les cascades et les torrents dispensent des effluves vitalisantes.

Ces éléments naturels, contribuent activement à la recharge de la substance blanche.

Celui qui vit **frugalement** d'aliments purs, **s'exerce** deux heures par jour, et **vit** dans l'air des bois et des champs **non polluée ;** et qui, de plus, sait cultiver **son corps mental et spirituel** par des recherches personnelles, étrangères à sa vie professionnelle, n'est jamais **dépressif.**

« L'homme est une énigme divine, et un fantastique merveilleux est en lui. Malheureusement, il fait de son existence un **enfer,** et faute de voir les étoiles, il traîne les pieds dans **la boue du malheur. »**

P.M.

CONCLUSION

« Nos glandes sont nos organes émotionnels, elles conditionnent nos comportements et nos réactions fonctionnels. »

Dr Jean Gautier

● Le fonctionnement du système glandulaire est, comme nous pouvons le constater, d'une importance capitale.

La sacro-sainte phrase « ce sont les nerfs », est une phrase passe-partout, usée depuis le temps... vide de sens, et qui n'exprime aucune vérité.

Les traitements du système nerveux demeurent jusqu'à nos jours inefficaces et parfois même dangereux. Ils ne font qu'accentuer l'abrutissement du sujet en affaiblissant son organisme.

L'impuissance thérapeutique de la médecine allopathique, témoigne de son erreur d'appréciation sur l'origine même de la dépression nerveuse.

Certes, le système nerveux joue un rôle important dans le processus de la dépression nerveuse, notamment le système neuro-végétatif. Mais, il nous paraît secondaire, car les glandes endocrines possèdent toutes des éléments nerveux qui leur permettent d'agir sur le système nerveux aussi bien que sur leur sécrétion.

Les résultats parfois spectaculaires obtenus par les endocrinologues corroborent notre conception. Cependant, le choix des hormones et leur dosage sont très délicats et encore empiriques.

● Pour nous naturopathes, la dépression nerveuse est avant toute autre considération, une maladie de terrain, causée principalement par un déficit hormonal et par une intoxication humoro-cellulaire, relevant d'un traitement physiologique et énergétique.

Néanmoins, c'est le malade qui détient la plus grande part de guérison car une merveilleuse thérapeutique est en lui : **la nature médicatrice.**



● Faites un corps minéral très **dense,** un corps vital très **pur,** un corps mental très **lucide** et un corps **spirituel** très **charitable** en chaque homme ; et vous aurez guéri à jamais **tous les dépressifs de la terre.**

● Ce qu'on appelle **dépression nerveuse** est **l'inaptitude à vivre** par suite d'une **désobéissance aux impératifs biologiques.**

● L'âme du « dépressif » cherche à fuir sa prison de chair avant la mort de l'individu. Avoir l'âme bien « chevillée » au corps par les pratiques de la Naturopathie fondamentale reste, donc, la meilleure des préventions.

NOTES SUR L'ORIGINE ET LA NATURE DE L'ENERGIE VITALE

● **Quatre** formes d'énergie **(minérale, vitale, mentale** et **spirituelle)** ont construit les mondes, et animé les êtres qui les habitent.

● Le **« Grand Univers »** est formé de **7** Univers locaux. L'ensemble tourne dans le sens des aiguilles d'une **montre.**

● Contrairement à la thèse des **matérialistes,** l'énergie qui nous anime (autrement dit la **« Vie »**), n'est pas issue de réactions physico-chimiques de la **matière.**

● **Matière** (électrons) et **Vie** (biotons ou prana) sont des « substances distinctes » dans le monde de l'**immanence** (sphères matérielles de la condensation : **nos planètes obscures).**

● La **Vie,** en certaines conditions d'équilibre minéral (qui restent à découvrir) vient habiter la matière, et l'organise à son profit pour en faire de la **matière vivante** (la **vie** lutte contre l'entropie).

● **La matière brute** (électronique) ne produit que des phénomènes de **chaleur,** de **lumière,** de **magnétisme** et d'**électricité,** ainsi que des combinaisons atomiques et moléculaires, **automatisées.**

● La **Vie** se manifeste, au contraire, par des phénomènes de **nutrition,** de **croissance** et de **reproduction,** ainsi que par des aptitudes d'**auto-réparation** ou d'**auto-guérison.**

● Ces phénomènes vitaux témoignent d'une **initiative intelligente** que n'a pas **la matière brute** (entre un **cristal,** forme la plus élaborée de la matière, et un **virus,** forme la moins évoluée de la vie, il y a un **abîme d'organisation et de liberté).**

● La **Vie** est une **substance éthérique** (non pondérable) alors que la **matière** est une **substance minérale** (pondérable). Des lois « chimiques » régissent cette dernière ; et d'autres lois, dites « biologiques » régissent la première. **Les 2 substances sont irréductibles dans l'immanence.**

● Il y a, dans le monde de la condensation, **4 grandes formes d'énergie,** toujours irréductibles : l'énergie **matérielle,** l'énergie **vitale,** l'énergie **mentale** et l'énergie **spirituelle.**

● Toutes ces énergies naissent dans **le monde de la transcendance** sous une même forme (absolutons), et se divisent en se spécialisant en passant dans les **sphères organisatrices** (une par **Univers local)** qui marquent la frontière de la **zone éthérée** (celle des **Sphères Célestes,** par rapport à celle des **Sphères matérielles,** situées à la périphérie du **grand univers).**

Légendes A et B

SOURCE DE L'ENERGIE

● **Le grand Univers est clos** (la lumière ne s'en échappe pas). On peut se le représenter comme une **roue de charette,** placée **horizontalement** (au centre d'un énorme « œuf » plein de substance primordiale). Le « moyeu » de la route est le centre paradisiaque du **grand Univers,** et la source de l'énergie fondamentale (absolutons). En ce lieu habitent les **Hiérarchies Créatrices** (point noir et double cercle, au centre du **schéma A).**

● Les « rayons » de la charette sont les voies de distribution de l'énergie (avec pour relais les **sphères lumineuses). Les soleils** sont les sphères lumineuses les plus condensées, et les derniers relais.

● La « jante » métallique de la roue représente **la zone de grande condensation** : celle des **7 univers locaux,** de leurs **galaxies,** et de leurs **systèmes solaires.** Pour traverser le grand univers, en en suivant le diamètre, il faudrait plusieurs millions **d'années-lumières** (schéma B).

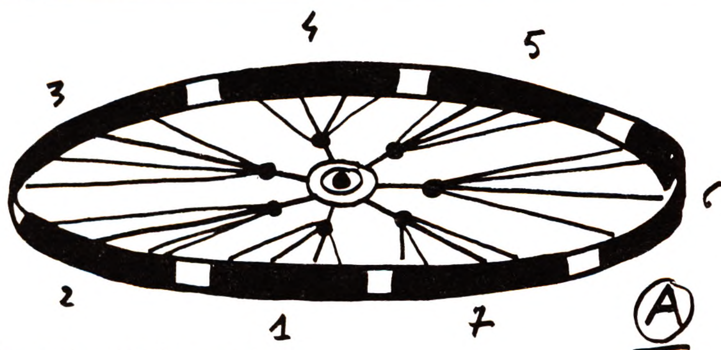
● Le **grand univers** se dilate (fuite des **galaxies,** qui s'éloignent les unes des autres à très grande vitesse). A l'intérieur des **galaxies,** ce phénomène ne se produit pas (notre système solaire a pour **galaxie,** la « **voie lactée** » dont on ne perçoit qu'une très faible partie).

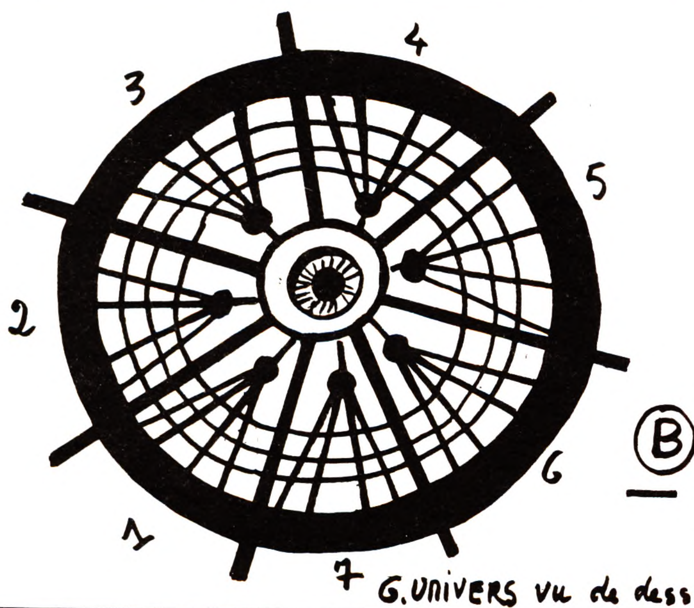
La dilatation du **grand univers** indique que sa croissance n'est pas terminée. Viendra le jour où il se **rétractera.**

(Suite en C)

COUPES SCHEMATIQUES DU « GRAND UNIVERS »

et origine des énergies créatrices





Légende C.

Toutes les « énergies », qui construisent et entretiennent les mondes condensés, viennent de la Sphère Centrale (paradisiaque) et de ses annexes.

Elles partent de ce centre sous forme d'une nappe ondulante d'énergie unique **(absolutons).** Cette nappe se divise (ségrégatons) et se spécialise en passant à travers la **Sphère organisatrice,** qui régente **l'Univers local.** A ce niveau apparaissent, donc, les **« électrons »** (énergie matérielle), les « biotons » (énergie vitale), les « psychons » (énergie mentale), et les « spiritons » (énergie spirituelle).

La distribution et les agencements de ces éléments se font en traversant le 4ᵉ, le 3ᵉ et le 2ᵉ **ciel,** et tout s'achève par la « minéralisation » au 1ᵉʳ ciel (le nôtre). Le retour des énergies se fait par les mêmes voies (exemple : à la mort, l'être humain abandonne **son corps minéral** au 1ᵉʳ ciel, puis son **corps vital** au 2ᵉ, son **corps mental** au 3ᵉ ; et il n'est plus qu'une **âme** au 4ᵉ ciel ; et là, suivant son **karma,** il reviendra dans la condensation (réincarnation) ou ira « travailler » au sein de la **Xᵉ Hiérarchie** à l'édification d'autres mondes en organisation). Lire à ce sujet nos livrets : **Réincarnation** (tomes I et II).

L'énergie vitale (biotons ou « prana »), qui nous occupe ici, part, donc, du centre du **Grand Univers** (source centrale énergétique). Elle va gagner, peu à peu, les zones plus condensées et suivant les besoins, animera les **végétaux,** les **animaux** et les **hommes,** en se combinant avec les autres énergies suivant des lois précises.

Cette **énergie vitale,** qui n'est pas matérielle au départ, ne le devient qu'en pénétrant un organisme. Elle apparaît, alors, sous la double forme **d'influx nerveux** et **d'hormones.** L'union de **l'influx nerveux et des hormones,** sous la conduite de **l'hypothalamus** et de **l'hypophyse,** donne naissance à la **Force Vitale** (concept physiologique des « Naturopathes Orthodoxes », qui justifient leurs **cures** et expliquent leurs résultats).

En effet, sans cette **Force Vitale intelligente** (natura médicatrix), aucune manœuvre naturopathique ne serait possible. **La méditation** ne remettrait pas d'ordre dans un corps mental confus, et le **jeûne** ne ramènerait pas la santé dans un corps vital malade.

Quant aux **activations émonctorielles,** elles ne seraient que de véritables et inutiles violations ; alors qu'elles sont des **soupapes d'épuration,** fonctionnant dans le sens voulu par la **Force Vitale** (maladies d'auto-défense), qui se charge de les réaliser dans le meilleur des cas. « Sequare Naturam » (suivre la Nature) disait justement **Hippocrate,** dont nous sommes les vrais disciples.

Enfin, la **réforme alimentaire** ne se justifiera pas, puisque celle-ci dépend essentiellement de la **Force Vitale** disponible pour dégrader les aliments bruts.

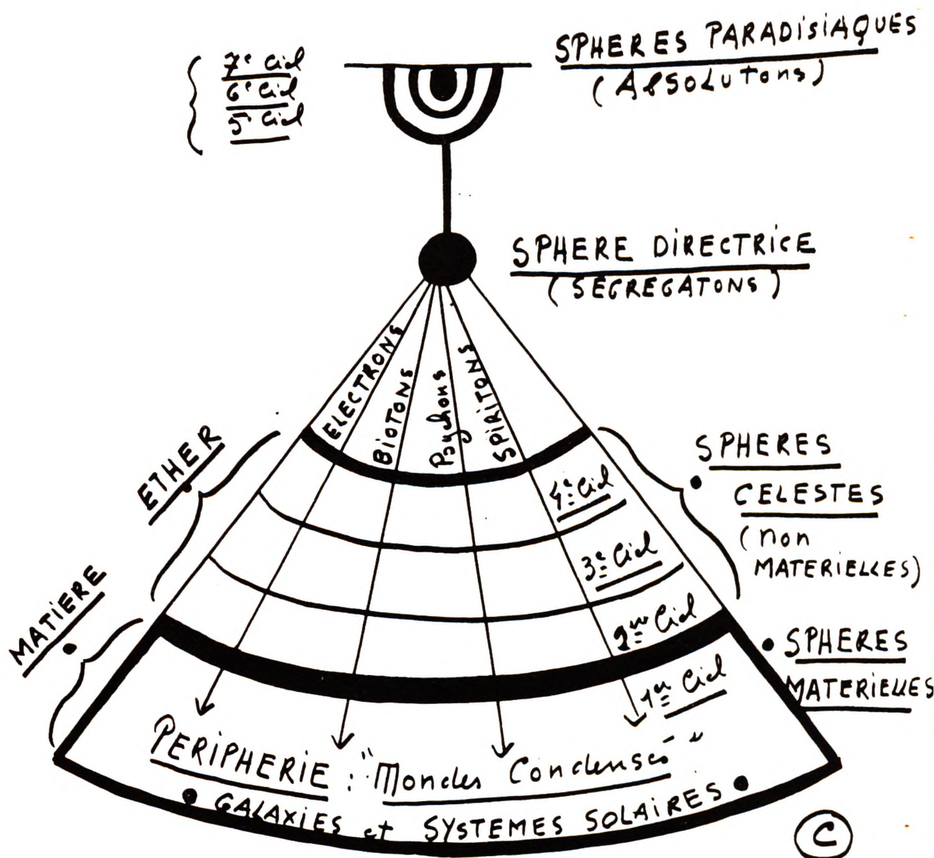
Que les **allopathes** n'y croient pas, cela est leur affaire (leur **chimisme** vise à s'en passer) ; mais que certains **Naturopathes** les copient et fassent une médecine d'intervention matérialiste et antisymptomatique est une attitude contraire au **Naturisme** (nécessairement à forme **vitaliste** et **spiritualiste).** Nous voulons parler des tenants de la **Naturopathie** et des techniques des **médecines douces.** En un mot leurs manœuvres ne peuvent se réaliser que par la présence et l'action d'une **Force Vitale,** intelligente et non matérielle.

L'angoisse, l'anxiété et la dépression nerveuse, dont il est question dans ce livret, sont des maladies dégénératives par **carence de Force Vitale.** Les « dépressifs » gaspillent leur force neuro-glandulaire, ne savent plus la **fixer,** ni la **stocker** et encore moins la retenir pour un usage retardé. Leurs « accus » sont à plat, et ne tiennent plus la charge.

(Suite en D)



UN UNIVERS LOCAL



COUPE D'UN DES 7 UNIVERS LOCAUX
Vu de dessus (V. schéma B)

Le grand univers est une **orange,** dont seule une zone horizontale serait organisée. Les tranches de l'orange représentent les **Univers locaux. L'écorce** en est la zone périphérique des planètes matérielles. La **densité** des zones décroît de la périphérie vers le centre **(sphères paradisiaques :** sources des énergies).

Légende D

● **Le corps vital (ou astral), encore appelé « aura », est comparable à un énorme œuf, au sein duquel serait plongé l'être humain.** Tous les corps vivants sont pourvus d'une **aura,** véritable essaim de **biotons** (grains non matériels d'énergie vitale, venue du cosmos, avec les **électrons).**

● **L'aura est, un réservoir extérieur d'énergie vitale.** L'hypnotisme, le sommeil, l'évanouissement, l'anesthésie médicale (qui rendent **insensible** le corps physique par le fait que le **corps vital** s'est détaché de ce dernier) mettent clairement en évidence la réalité de ce **corps aurique** (à ne pas confondre, d'ailleurs, avec le **double éthérique,** ou « effet Kirlian », qui a pu être photographié).

Certains « médiums » décrivent l'**aura** en indiquant sa forme, son épaisseur, ses couleurs et ses délabrements dans la maladie. A l'aide de certains appareils de radionique il est possible, cependant, d'obtenir **un graphique de l'aura** (auragramme). Là n'est pas notre sujet, mais nous y reviendrons.

● **Les biotons, à partir de la sphère organisatrice de l'univers local, voyagent de concert avec les autres formes d'énergie** (électrons, psychons et spiritons). Dans l'atmosphère terrestre, ils prennent pour support **les photons solaires, l'oxygène** de l'air et **l'eau** de la terre (eau de source). Les pollutions atmosphériques gênent énormément leur descente.

● **Les biotons (énergie vitale) se fixent dans l'aura grâce au corps éthérique, qui les retient comme dans un filet.**

Le corps vital se « gonfle » comme un ballon dans l'état de **haute vitalité,** et se « dégonfle » dans l'état de carence, conduisant notamment à **la dépression nerveuse** (état de sous-vitalité).

● Les « **neuro-arthritiques** » (rétractés) : respiratoires, cérébraux et nerveux, ont des **aura** moins épaisses et moins résis-

tantes que celles des « **sanguino-pléthoriques** » (dilatés) : sanguins, digestifs et obèses.

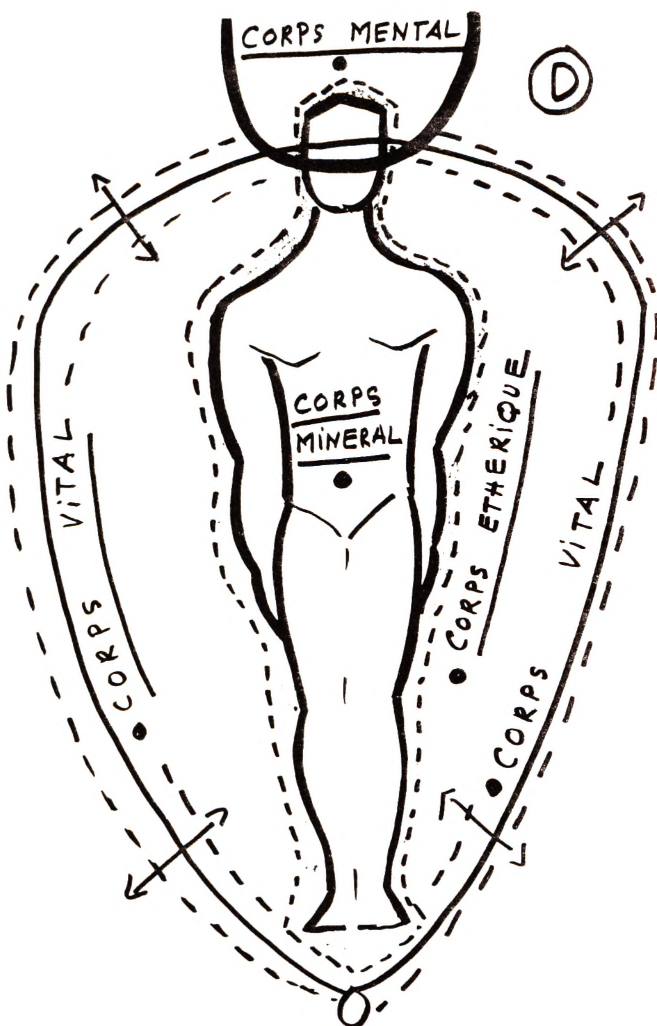
Les grains non matériels de l'énergie vitale pénètrent dans **l'aura** par un système de **valvules** (fixées sur l'enveloppe) qui s'ouvrent à l'admission et empêchent la sortie des biotons par une lame élastique.

● Ainsi **l'aura** palpite, et semble suivre un rythme d'inspiration et d'expiration sur le modèle du flux du liquide céphalo-rachidien (12 mouvements par minute). Dans **les maladies dégénératives** graves et dans les exercices médiumniques de l'**écletoplasmie,** elle se dégonfle et apparaît comme un vieux vêtement trop grand. Même observation a été faite **après une journée de grande fatigue** (physique ou cérébrale) dans une habitation mal aérée, ainsi qu'après une **nuit d'insomnie.**

● **La dépression nerveuse** (avec l'anxiété, l'angoisse et les insomnies qui la préparent), la désorganisation du **corps mental** (paranoïa et schizophrénie), et la perte de tout sentiment charitable (corps spirituel) offrent un **corps vital** (aura), privé de palpitations, dégonflé, souillé de couleurs ternes et pourvu à sa base d'une grosse boule résiduelle.

(Suite en E)





LE CORPS VITAL

Dans ce « corps vital » se fixe l'énergie du même nom, venue du centre du **grand univers.** La « transfusion » dans l'organisme se fait suivant un **mécanisme** peu connu, mais que nous décrivons.

Légende E

● **L'énergie vitale** (biotons), **toujours non matérielle, se « mixe » avec les substances sub-électroniques et électroniques, issues de l'organisme et qui stagnent dans le corps éthérique.** A ce niveau, il se produit une sorte de **digestion** des biotons, qui passent mieux à travers les **pores** de la peau (canaux des glandes sudoripares et sébacées). De là, ils gagnent **la couche basale ondulée,** qui habille toute la surface interne de l'épiderme.

● **L'importance de cette « couche basale ondulée » dans les états de dépression, n'a pas été suffisamment mise en valeur.** Les frictions au **gant de crin,** la **sudation sèche en caisse et l'exercice sudorifique,** ainsi que **les onctions aux essences aromatiques** naturelles, facilitent la fonction d'absorption de cette **glande étendue** en activant la **peau** et en ouvrant les **pores** d'admission.

● **Les biotons, saturant la couche basale, sont collectés ensuite par les nerfs cutanés du système nerveux para-sympathique et gagnent le bulbe et la substance blanche sous-corticale** (réservoir n° 1 de l'énergie vitale).

Ils sont repris, encore, par les **capillaires sanguins,** et par la voie vasculaire atteignent les **glandes endocrines.** Par ce double mécanisme de pénétration l'énergie vitale devient **influx nerveux et hormones,** et acquiert son nouveau statut de substance matérielle.

● **C'est cette énergie, devenue force vitale (de nature « neuro-hormonale »), qui anime tout l'organisme, et pour laquelle les Naturopathes ont un grand respect.** Intelligente, elle règle au mieux tous les problèmes qui se posent sur le plan organique ; et elle dirige les processus de l'immunité et de l'auto-guérison. Distribuée par **l'hypothalamus** et **l'hypophyse,** elle commande aux

cellules, programme l'**A.D.N.,** fait contracter et secréter les tissus, assure les métabolismes et les éliminations émonctorielles.

● **Sans elle, le Naturopathe serait désarmé. Toute sa « science » est de comprendre la nature et la volonté d'action de cette « force vitale ».** Et tout son art consiste à suivre les décisions qu'elle prend, c'est-à-dire de l'aider (cures de désintoxication).

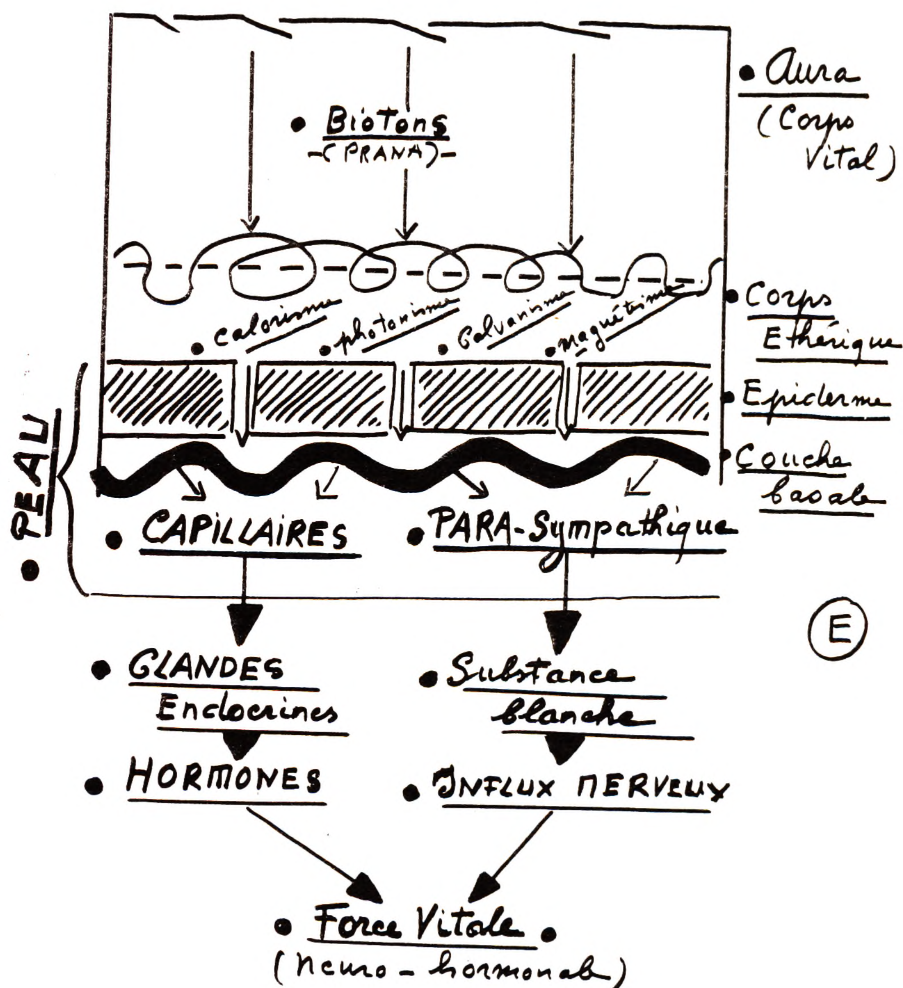
Cette « force vitale » se développe par des contacts cutanés avec les éléments naturels : soleil, air, eau, et par les prises quotidiennes d'aliments crus. On peut, d'autre part, la gaspiller, vider ses réservoirs organiques et être incapable **de recharger ses « accus nerveux »** (lesquels, parfois, ne tiennent même plus la charge reçue). Cet état extrême est, bien sûr, celui de l'**asthénie,** ou de la dépression nerveuse.

(Suite en F)



VOIE CUTANEE DE L'ABSORPTION VITALE

(Voie n° 1)



Légende F

● **Les voies « secondaires » de l'absorption vitale sont au nombre de 9.** En effet, nous comptons les **7 vestibules** de la face que constituent **les organes des sens** (audition, vision, alfaction, et goût), et les muqueuses des deux orifices inférieurs (organes génitaux, surtout le **vagin** de la femme et l'anus dans les deux sexes).

On les dit « secondaires » parce que plus localisés que la voie principale, qui est étendue à toute la peau.

Les accidents survenus par badigeonnage de la peau avec des produits occlusifs (les morts du dessinateur **Dore,** et de l'Abbé **« Vert »** sont des exemples bien connus).

Les **peaux,** mortes, qui ne suent pas, tendues au-dessus d'un tissu adipeux ou cellulitique, dépourvues d'un réseau important de capillaires, **sont des peaux qui ne captent pas d'énergie.**

Le corps vital, à ce niveau, est **inerte.** Il ne « palpite » pas. Le sujet se **dévitalise ;** il échappe à la mort, grâce aux faibles surfaces cutanées, encore actives (mains, cou, visage), et surtout grâce à la **lumière** qui entre par les yeux, et gaz de l'air qui entrent par le **nez,** et la **bouche.**

Si peu que ce même sujet, pour des raisons de goût, ne mange pas ou peu de **crudités,** et qu'il subisse des **stress** (familiaux ou sociaux) à répétition, la **dépression** ne manquera pas d'apparaître vers la quarantaine (et cela d'autant plus sûrement qu'il sera de tempérament **neuro-arthritique).**

● **Les sons ne sont pas constitués de biotons ; mais ils en portent au sein des ondes que reçoit le nerf auditif.**

Même remarque pour les **couleurs.** Les **photons,** avons nous dit déjà, **sont d'excellents supports biotoniques.** Les **odeurs** et les

saveurs agissent sur ce plan suivant le même processus. C'est pour cette raison que la **musicothérapie,** la **chromothérapie** et l'**aromathérapie** sont des techniques de **revitalisation.** Il y a, cependant, des **ondes sensorielles,** néfastes, perturbées par des sources antibiologiques.

Enfin, les biotons aiment la compagnie de **l'oxygène.** Les **cavités** du nez et de la bouche (qui tapissent la face et qu'on appelle les **sinus)** sont des organes prévus pour fixer l'**énergie vitale** au niveau de leur muqueuse proche des centres nerveux. Ne pas confondre ce phénomène avec celui de la respiration.

● Le **sexe** (vagin, surtout), par sa muqueuse capte également de l'énergie. Les expériences ectoplasmiques par des médiums féminins le démontrent.

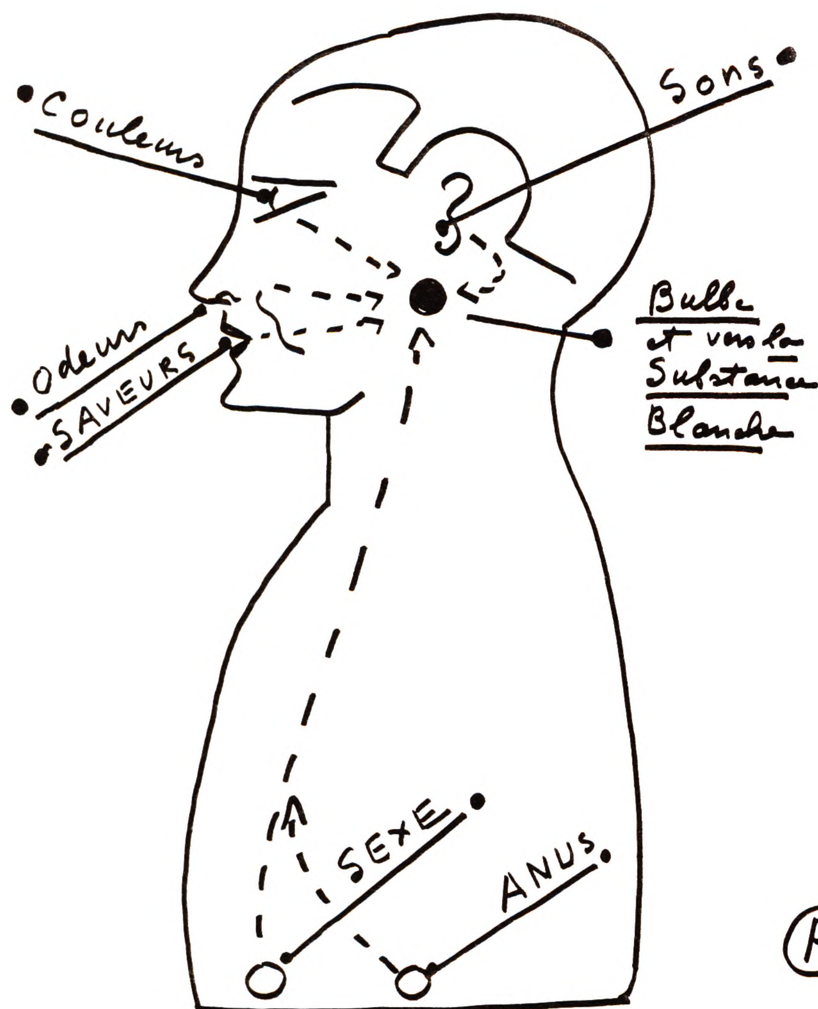
L'anus, enfin, après la défécation, est une porte d'entrée énergétique, **méconnue.** Les « douches rectales » vitalisent parce qu'elles libèrent la muqueuse, trop souvent souillée, de cette région.

Les biotons, en partant des **nerfs sensoriels,** et des **muqueuses,** gagnent le bulbe et la substance blanche par la branche du para-sympathique.

(Suite en G)



VOIES SECONDAIRES DE L'ABSORPTION VITALE



Les **organes des sens** ou les **7** vestibules de la face, et les **orifices** de l'anus et des organes génitaux.

Légende G

● **La « substance blanche sous-corticale » se tient sous le cortex.** On peut se représenter le cerveau comme un **bouquet de pâquerettes,** dont les fleurs constitueraient le **cortex ;** et les queues, la **substance blanche.** L'ensemble des queues, regroupées, plonge dans un **vase,** qu'on appelle le **bulbe.**

● La « substance blanche » reçoit **l'énergie vitale,** devenue **influx nerveux,** par le nerf cranien **para-sympathique** (et aussi, comme nous l'avons vu, par tous les nerfs craniens sensibles, innervant les organes des sens de la face). Il y a **12 paires de nerfs craniens,** dont la **11°** est représentée par le sympathique, qui innerve les **viscères** (système dit « neuro-végétatif »). C'est grâce à cet appareil que les manœuvres de réflexologie de toutes sortes sont possibles (acupuncture, touches nasales, massages-réflexes, etc.).

● Devant les principaux organes du thorax et de l'abdomen se trouvent des amas de ganglions nerveux, appelés **plexus** qui sont, également, des **réservoirs d'énergie** (influx nerveux).

On compte 5 grands **plexus.** Les indous attachent une grande importance à ces centres nerveux, qu'ils appellent : lotus, chakras, roues, etc.

● **Nourris par l'influx nerveux venu de la « S.B. », ces plexus émettent sans arrêt, et « arrosent » littéralement leur secteur anatomique de fluide énergétique.** Certains médiums prétendent voir ces « roues », qui tournent plus ou moins vite et s'illuminent de couleurs plus ou moins nombreuses et vives en fonction des charges vitales, qu'elles ont emmagasinées.

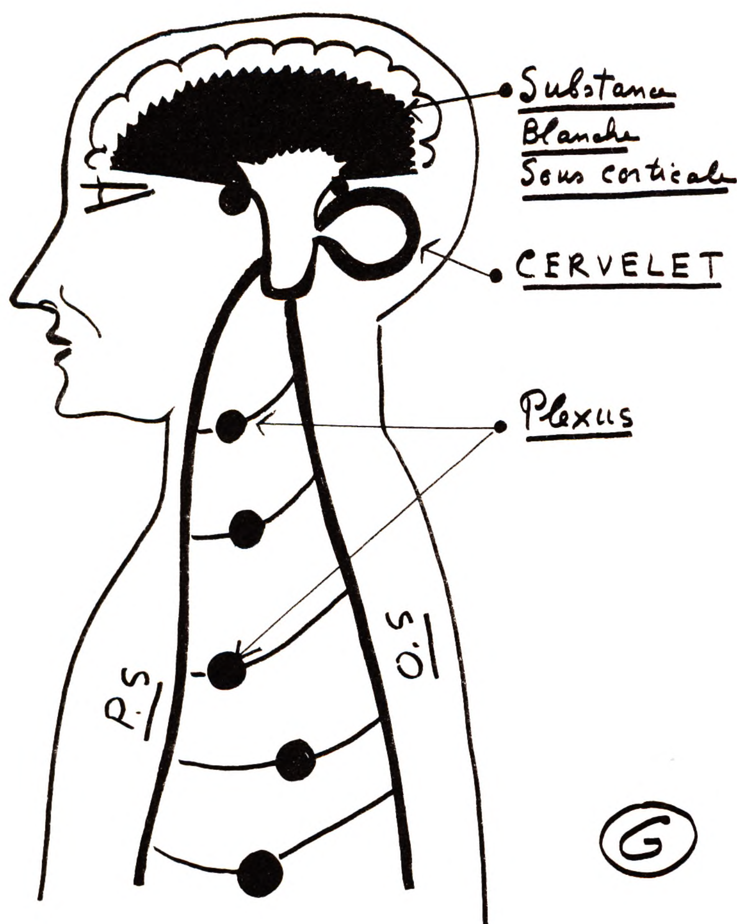
N.B. — En Yoga, une discipline consiste à faire remonter cette énergie de vie, de plexus en plexus, jusqu'au sommet supérieur de **l'axe vertébral** (représenté par la **glande pinéale,** considérée comme le foyer du **corps spirituel** ou le siège anatomique de **l'âme).**

L'acte sexuel, au contraire, **lorsqu'il est complètement accompli, vide** brusquement le corps nerveux de son énergie vitale (besoin de **dormir** après les relations sexuelles). Cela ne signifie pas qu'il faille s'abstenir de toutes relations sexuelles pour éviter la dépression, **mais que l'abus peut-être dangereux pour certains sujets neuro-arthritiques** (rétractés).

● **La dépression nerveuse** asthénie physique et psychique) et tous les troubles concomittants s'expliquent par la **liaison** établie par le sympathique entre tous les organes et le cerveau.

(suite en H).

LE RESERVOIR N° 1 DE L'ENERGIE VITALE



La substance blanche sous-corticale et les plexus nerveux.
(Toutes les gaines de nerf à **myéline** sont également des petits réservoirs.)

Légende H

● **Les réservoirs nerveux** (substance blanche sous corticale et plexus) **sont dits réservoirs principaux**, mais en vérité **les réservoirs glandulaires** (glandes endocrines) ont autant d'importance, bien qu'ils soient qualifiés de **secondaires. Il faut voir là une mesure pédagogique plus que l'expression d'une réalité physiologique.**

● **L'énergie vitale, qui atteint les glandes endocrines pour engendrer les hormones, vient de la peau (couche basale ondulée) en suivant la voie sanguine** (capillaires).

— Les principales glandes endocrines sont au nombre de **5 :** pinéale, hypophyse, thyroïde, surrénales, sexuelles.

— La pinéale et l'hypophyse dirigent l'ensemble du système de part et d'autre de **l'hypothalamus** (centre nerveux directeur), explique le rapport étroit qu'il y a entre **l'influx nerveux** et les **hormones.**

— C'est pour cette raison que nous avons donné à la « force vitale » la définition d'**énergie neuro-hormonale.** Nous pouvons dire sans crainte d'erreur que les deux systèmes sont reliés entr'eux comme **deux vases communiquants.** Une baisse d'énergie dans un système entraîne automatiquement une chute correspondante dans l'autre système.

Inversement, toute surcharge provoque une augmentation d'énergie dans le système associé qui pourrait en manquer. **Le parallélisme énergétique entre les glandes et les nerfs est, donc, constant.**

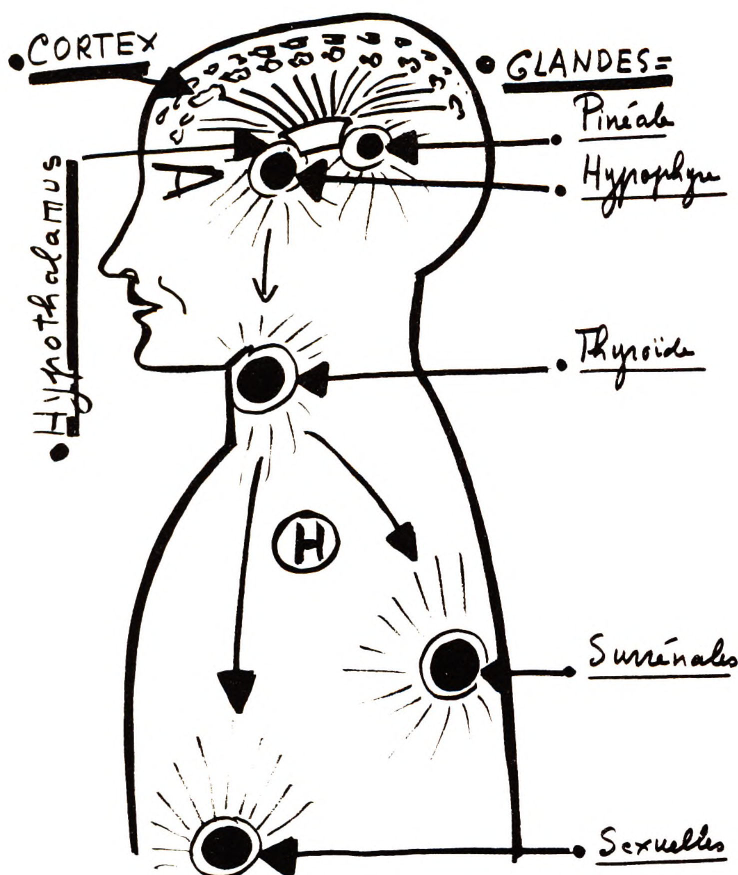
● **On peut faire de la dépression par chute de potentiel soit nerveux, soit hormonal. L'insomnique** épuise son système nerveux et entraîne également ses réserves endocriniennes. Celui qui abuse de relations sexuelles gaspille ses ressources hormonales, et met à plat son système nerveux.

La dépression nerveuse (énergétique, plus exactement) est donc une **baisse brutale de la force vitale neuro-endocrinienne.** C'est la meilleure définition qu'on puisse donner de **ce phénomène pathologique.**

Tout l'organisme et le **corps mental** et le **corps vital** en particulier sont touchés par cette chute d'énergie. Le **corps spirituel** et le **corps minéral** peuvent en souffrir mais pas avec la même intensité. **La confusion mentale et l'inertie viscérale** sont les deux effets majeurs de la dépression. Le courant ne passe pas, il **est même absent** (les « accus » sont à plat), le cortex fonctionne au **ralenti,** et les viscères se contractent et secrètent au **minimum.**

(Suite en I)

LE RESERVOIR N° 2 DE L'ENERGIE VITALE : LES « ENDOCRINES »



L'hypophyse (elle-même contrôlée par la **Pinéale)** commande à toutes les autres glandes endocrines. On dit qu'elle est le « chef d'orchestre » et fait régner l'harmonie hormonale.

Légende I

L'insomnie (faux sommeil avec rêves pénibles, sommeil coupé de nombreux réveils, et nuits blanches) représente le facteur le plus important qui conduit à la dépression.

Les médications pour dormir (somnifères) n'apportent pas le sommeil profond (et sans rêve), **désiré,** et seul capable de « regonfler » le **corps vital.**

En effet, ce dernier, lors du véritable sommeil de récupération, se sépare **du corps minéral** et ne reste uni à lui que par la « corde d'argent » des occultistes. C'est ce « dédoublement » des corps pendant le sommeil qui est la **source n° 1** de la revitalisation énergétique, lorsque **toutes les autres fonctions (aurique, basale, digestive, musculaire,** etc.) ont été correctement assurées pendant l'état de veille.

Les médicaments, tels que les drogues alimentaires (café, tabac, alcool) **et les stimulants nervins chimiques** (maxiton et autres), **destinés à exciter, ne vont qu'épuiser le peu d'énergie « neuro-glandulaire » encore disponible.**

A ce jeu des excitations continuelles, le sujet peut faire face à toutes ses obligations ; mais il finit tôt ou tard par payer **la note de ses dépenses abusives** par le phénomène de la **dépression** (psychique ou physique).

Personne ne peut éviter l'échéance et les ennuis et troubles qui en sont les conséquences. On ne tire pas impunément sur les « accus humains » sans finir par mettre la batterie à plat.

Les « émotions-chocs » répétées sont, également, une cause importante de déperdition énergétique. Et bien sûr, les **émotions pénibles** sont les plus carençantes. Les sujets sensibles, émotifs, qui n'arrivent pas à se dominer et à acquérir cette **« maîtrise de soi »** que la vie de chaque jour exige, sombrent vite dans la dépression.

— Les timides, les peureux par nature, les craintifs, les sujets sans personnalité, en sont souvent les victimes. L'hyperémotivité qui, dans certaines circonstances peut être un avantage, est ici un handicap, si le sujet ne sait pas se « protéger ».

— **Le surmenage intellectuel** (effort intense de mémoire livresque), courant chez les étudiants en fin d'année ou en période d'examen, conduit aux mêmes effets.

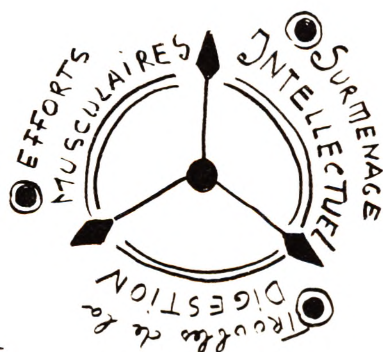
Un facteur de gaspillage, peu mis en évidence, est le bavardage continuel, qui se remarque surtout chez les femmes. Raconter sa vie et tous ses ennuis à sa voisine (que cela n'intéresse pas), pendant des heures et à la moindre occasion, **est une source considérable de perte d'énergie nerveuse et endocrinienne.**

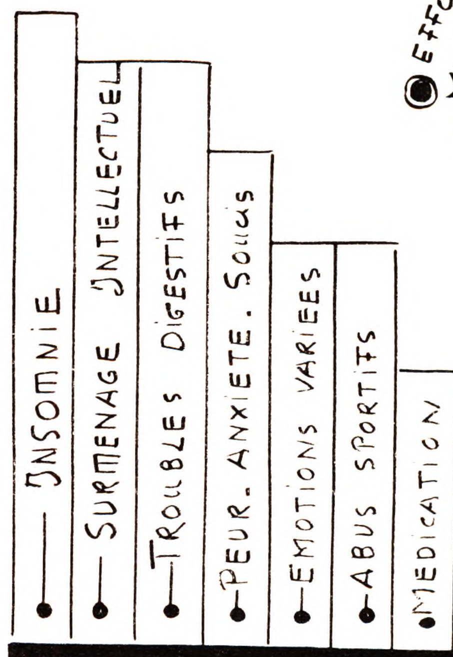
Les discussions politiques, les disputes familiales, et toutes les contrariétés professionnelles ou autres, sont encore des sources de gaspillage, qu'il faudrait savoir éviter.

(Suite en J)



● LES FACTEURS DE DEPRESSION CLASSES PAR ORDRE D'IMPORTANCE





● LES TROIS GRANDES CAUSES DE LA CHUTE DU POTENTIEL NEURO-GLANDULAIRE

● Les facteurs de dépression classés par ordre d'importance

(I)

● Le gaspillage de l'énergie « nerveuse et endocrinienne » se remarque surtout à la suite de crises d'insomnies ; lors des longues digestions difficiles, souvent impossibles du fait de l'abus des aliments antispécifiques et leur mélange ; et des excès sportifs chez les athlètes de haute compétition, qui usent de produits stimulants (doping).

Légende J

● **Une peau souple, brunie au soleil, et fréquemment aérée, frictionnée et onctionnée aux essences aromatiques, reste un des moyens les plus sûrs de se revitaliser.**

Nous avons expliqué le mécanisme qui permet à **l'énergie vitale** (biotons ou Prana), stockée dans l'aura, de passer à travers le corps éthérique, et d'atteindre la **couche basale ondulée,** et au-delà le **sang,** et le **sympathique.**

Le « dermographe », petit compas muni de deux pointes, aide à mesurer **le degré de sensibilité** de la peau, test de **vitalité.** Lorsqu'on cesse de sentir deux piqûres, alors que le compas est toujours écarté, on a atteint le seuil de sensibilité d'une zone cutanée. On peut ainsi établir une **carte dermo-sensible,** qui renseigne sur la valeur de la peau, et sa perméabilité aux substances vitalogènes.

● **Le sommeil naturel, profond et sans rêves (assez rare) est le signe qu'une recharge énergétique, venue du double vital (ou astral), est en train de s'opérer.**

— Cette « recharge nocturne » s'obtient en prenant un **repas léger** le soir, avant le lit (soupe légumes et fruits juteux).

— L'usage des somnifères doit être systématiquement évité, car **cette pratique ne solutionne rien.**

— Les **rêves** légers, instables, sont les efforts du corps mental pour remettre en ordre les idées où règnent la confusion et la contradiction. C'est en quelque sorte une auto-défense de l'intelligence.

Les rêves plus lourds, pénibles, voire cauchemardesques sont le résultat **de mauvaises digestions au niveau du grêle.** Les gros mangeurs ont des nuits difficiles ; ils se réveillent souvent, secoués par la peur, et couverts de sueur.

N.B. — Les rêves prophétiques sont d'une autre qualité. Ils sont le reflet d'une activité supérieure du **corps mental,** avec participation du **corps spirituel.** Pour qu'ils se produisent, un état de **pureté** et de **lucidité** est nécessaire au niveau des corps subtils.

● **Une alimentation spécifique et non dénaturée (donc crue) est indispensable pour recharger l'organisme en énergie vitale.**

● **La « Gymnastique des organes »,** qui épure l'organisme en activant les 4 émonctoires, et qui crée au niveau musculaire (par des contractions lentes) un phénomène « dynamogénique », est une discipline mal connue, mais qui apporte une sensation de force et de confiance en soi qu'il est difficile de trouver ailleurs. Il suffit d'en faire l'expérimentation.

L'oxygénation, non pour les atomes d'oxygène qu'elle apporte, mais pour les **biotons** qu'elle véhicule, assure avec **la musique harmonique,** et **les couleurs naturelles,** une « ambiance de cathédrale » (vitraux, orgue, encens) qui est puissamment **vitalogène.**



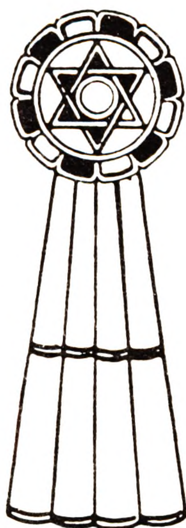
LES GRANDES SOURCES DE LA REVITALISATION ENERGETIQUE

(les facteurs anti-dépressifs)

Ce n'est que dans un comportement de chaque jour, face aux stress et aux erreurs vitales, que le sujet prédisposé peut espérer échapper à la dépression.

TABLE DES MATIERES

TABLE DES SCHEMAS



• Voulez-vous comprendre les **Grands Problèmes** devant lesquels la Science reste muette ?

Qu'est-ce que la **matière**, la **Vie**, la **Pensée**, l'**Esprit ?** D'où venons-nous, que sommes-nous, quelle est notre fonction sur terre, **où allons-nous ?** Qui nous a créés ? **Dieu existe-t-il ?** Sommes-nous le resultat, seulement, des **forces matérielles, aveugles ?** Qu'est-ce que la conscience **morale ?** Quelle est la nature de l'âme ?
ladies, de la misère et de la violence humaines. Y a-t-
Faut-il croire à la **Réincarnation ?** Raisons des ma-
il eu **des civilisations antédiluviennes ?** Sommes-nous, seuls, dans l'univers ? Que sont les « extra-terrestres » ? etc. Voilà quelques-uns des problèmes parmi des centaines, traités dans cette **Encyclopédie**.

• Vous connaitrez toutes les réponses données **à** ces problèmes. Vous récolterez le travail d'une **vaste synthèse** portant sur plus de **50 ans** de recherches.

Source prodigieuse de renseignements, clairs et faciles à consulter (sur des **fiches cartonnées**, envoyées périodiquement, et à **classer** dans des albums). Des milliers de livres « résumés » économiseront votre **argent** et votre **temps**. Tout le **Savoir « connu »**, tenu à jour, y est condensé ; tout le **« caché »** vous sera dévoilé ; tout l' **« inconnu » révélé**, au-delà des limites étroites du scientisme.

Vous plongerez dans cet immense océan de la **Connaissance** où rien n'a été omis ou tenu dans l'ombre. Vous confronterez **le chimérique au Rationnel** pour découvrir vous-même la **Vérité**. Pour accéder à ce savoir, il vous suffit de devenir **membres de**

La Table d'Emeraude

(Association **culturelle, initiatique** et **chevaleresque**, **régie par la loi de 1901** qui édite l'**Encyclopédie Permanente des Sciences humaines**, sous la direction du biologiste **P.V. MARCHESSEAU)**.

• Par nos études, vous développerez votre **Personnalité** ; vous vous élèverez, dignement, dans la **hiérarchie sociale** : vous prendrez **conscience de vous-même** ; vous acquerrez une plus large « autonomie » ; vous vous libérerez des **chaines de l'opinion** ; vous réfléchirez par **vous-même** ; vous deviendrez un « homme » au sens exact du mot. Un « Sage », un « Initié », suivant la **Tradition**, et vivant le corps, la raison et le cœur en paix, loin de toutes les **ereurs, terreurs** et **haines** de ce monde. En devenant un **« Chevalier de la Table d'Emeraude »**, vous vivrez en **JUSTE**, connaissant exactement l'**Ordre du Monde**, et la place que chacun **doit occuper dans cette immense cosmique** qu'est l'**Univers**.

Documentation contre 4 timbres :
P.V. MARCHESSEAU (Table d'Emeraude)
COURCOME 16240 VILLEFAGNAN

Imprimerie LUSO Française, Paris - 636 28 82

Fondation P.V. MARCHESSEAU



Académie Internationale des Sciences de l'Homme

(Association culturelle régie par la loi de 1901)

Section des cours : Directrice **Mme C. Marchesseau** ; Secrétaire général, profes-
eur **Ch. Brun** - Enseignement privé à distance, avec stages, déclaré à l'Education
ationale.

COURS DE BASE

nseignement inédit, donné suivant la synthèse qu'en a faite le biologiste **P.V. Mar-
hesseau,** le père de la Naturopathie, en 1935, au sein du contexte philosophique
e l'Humanisme Biologique - Lois de la vie saine - Réveil des immunités, et proces-
us de l'auto-guérison - Réforme de vie en fonction des tempéraments - Hiérarchie
es techniques - Les 3 cures (désintoxication, revitalisation, stabilisation).

nseignement magistral et authentique de l'Hygiène Vitale.

ette formation autorise l'ouverture d'un Institut où sont appliqués les techniques essen-
elles : Hygiène alimentaire, hygiène nerveuse et mentale et hygiène musculaire (à
ns émonctorielles). Certificats de fin d'études d'Hygiéniste-Naturopathe (ou de Con-
eiller en Hygiène Vitale). Durée des études (de 1 à 3 ans suivant le temps disponible).

COURS COMPLEMENTAIRES

es cours peuvent être suivis parallèlement à la formation ci-dessus, ou isolément
i équivalence d'étude admise).
Yoga • Relaxation • Esthétique (visage et corps) • Psychologie • Iridologie • Mor-
hologie • Astrologie médicale • Draînage lymphatique • Massages • Gymnastique
es organes • Magnétisme • Neuro pédagogie Etc...

COURS SUPERIEURS

es cours sont ouverts aux Médecins et Para-médicaux justifiant d'une sérieuse for-
nation de base, ainsi qu'aux etudiants étrangers.

Phytothérapie et Aromathérapie • Ostéopathie et synthèse manipulatrice • Acupunc-
ure • Auriculothérapie et toutes méthodes de réflexothérapie • Homéopathie • Méde-
ine Spagyrique.

.B. — L'ensemble des études est donné sous forme de documents écrits et de sta-
es mensuels et annuels. En fin d'études, possibilité de soutenir des thèses de doc-
orat, auprès de la "S.B. Anthony University" et autres Universités, affiliées à l'A.I.S.H"

Pour toute documentation, écrire au secrétariat "A.I.S.H"

Ch. Brun - 26, rue d'Enghien - 75010 Paris - Tél. 770.06.81


HUMANISME BIOLOGIQUE
CULTURE HUMAINE
NATUROPATHIE